



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

## EPIŞIPS (SAKARYA - ÇERKES KÜLTÜRÜ)

<https://www.sakarya54.net>

Tavuk 1 Adet Orta Boy  
Ceviz içi 1 Kilogram  
Kişniş 1 Tatlı Kaşığı  
Acıka 1 Tatlı Kaşığı  
Mısır Unu 1 Su Bardağı  
Buğday unu 1 Su Bardağı  
Kırmızı acı biber 10-15 Adet  
Sarımsak 2 Diş  
Tereyağı 3 Yemek Kaşığı  
Sıvı yağ 1 Su Bardağı  
Kuru soğan 2 Orta Boy  
Kırmızı toz biber 1 Tatlı Kaşığı

Temizlenmiş ve parçalara ayrılmış tavuk yağ soğanla kavrulur. İçine bol su konur ve haşlanır. Acıka ilave edilir. Mısır unu ve buğday unu ile hamur haline getirilir, 6'ya bölünür, kaynayan tavuk suyuna atılır. Piştiğinde eti ayrı bir kaba, hamurlar ayrı bir kaba konur. Kırmızı kuru biber suda kaynatılır, şişirilir, çekirdeklerinden ayrılır. Biberler, 1 kg ceviz içi, 2 diş sarımsak, kişniş ve hamurlar et makinesinden 2-3 kere geçirilir. Bu karışım tavuk suyu ile boza kıvamında inceltir, makarna süzgecinden geçirilir. İçerisinde kırmızı biber kabuğu kalmaması sağlanır. Bu karışım ateşte yavaş yavaş kaynatılır. Sulu ise eritip buğday unu ilave edilir, koyu ise et suyu konur. Fokurdamaya başladığında etler konur, biraz daha kaynatılır. Üzerine toz biber ilave edilmiş kızgın tereyağı gezdirilir. Pasta ile yenir.

[ML® Şips için tıklayın](#)