



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KEŞKEK (SAMSUN)

Samsun Kùltür ve Turizm Müdürlüğü

Keşekli buğday 300 Gr.
Tavukgöğsü 1 Adet
Tereyağı 1 Yemek kaşığı
Kuru soğan 1 Orta boy
Tuz

Ilık suya tuz ve keşkeklik buğday konularak kaynatılır. Buğdaylar şişince ateşten alınıp bekletilir. Biraz daha şişince tekrar ateşe konulur. İçine pişmemiş tavukgöğsü bütün olarak katılır. Dibine sarılmaması için karıştırma karıştırma pişirilir. Karıştırıldıkça pişen tavuk eti dağılır. Ateşten alınınca macun gibi olması için gödellenir (karıştırılır). Bir tavada, doğranmış kuru soğan tereyağında kavrulur (soğansız da olur). Yenirken bu sos keşkeğin üzerine dökülür.

