



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KOLAY TAVUKGÖĞSÜ

350 gr. tavuk göğsü

Yeteri kadar su

1 litre süt

1 çorba kaşığı un

2 çorba kaşığı buğday nişastası

Tavuk etini üzerini geçecek kadar suda haşlayın. Sudan çıkarıp hem kokusu çıkana, hem de iyice liflerine ayrılana kadar suyun altında tutup sıkın. Bir tencereye süt, un, buğday nişastası ve didilmiş tavuk etini koyun, sürekli karıştırarak ve arada sırada ezerek pişirin. Muhallebi kıvamına gelince yağlanmış cam kaba dökün.
