



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MANTARLI VE TAVUKLU KİŞ

Malzeme:

2,5 su bardağı Bizim Mutfak Un

150 gram Teremyağ

Yarım çay bardağı soğuk su

1 tutam Tuz

3 adet yumurta

Sosu için :

1,5 su bardağı krema

2 adet yumurtanın sarısı

1 çay kaşığı Tuz

Üzeri için :

100 gram kaşar peyniri

İç Malzeme için :

500 gram kuşbaşı tavuk eti

250 gram mantar

1 çay bardağı taze bezelye

Yeteri kadar tuz, karabiber, pulbiber

2 çorba kaşığı Bizim Mutfak Ayçiçek Yağı

Buzdolabından yeni çıkmış Teremyağı küp küp kesin ve unu ilave edin. Un ile yağı parmak uçlarıyla ezerek karıştırın. Başka bir kaptaki karıştırdığınız su, 3 yumurta sarısı ve tuzu una ilave edip karışmasını sağlayın. Hamuru 15-20 dakika buzdolabında beklettikten sonra yağlanmış kelepçeli ya da alt tabanı çıkabilen fazla derin olmayan kalıba yerleştirip derin dondurucuda 20 dakika kadar bekletin. Daha sonra hamurun orta kısmını tamamen kapatacak büyüklükte alüminyum folyoyu hamurun üzerine yerleştirin. Folyonun üzerine nohut serpererek (hamurun fazla kabarmaması için ağırlık olarak kullanıyoruz) önceden ısıtılmış 180 derece fırında kenarları hafifçe kızarana dek pişirin. Hamurun üzerindeki folyo ve nohutları alın. Tekrar sıcak fırında kızarana dek pişirin. Diğer tarafta sos malzemelerini iyice karıştırın. İç malzemesi için bir tavada 2 çorba kaşığı sıvıyağla tavuk, bezelye ve mantarları pişirin. Ocaktan alın. Tuz, karabiber ve pulbiber ekleyip tatlandırın. Hazırladığınız iç malzemesini hamurun üzerine eşit şekilde dağıtın. Son olarak sosu gezdirdikten sonra rendelenmiş kaşar peynirini ekleyip iyice kızaran dek fırında pişirin. Dilimleyerek servis yapın.