



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SİPSİ (BOLU)

Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Bolu Halk Kültürünü Araştırma ve Uygulama Merkezi

5 adet tavuk budu
2 adet soğan
2 baş sarımsak
1 kaşık biber salçası
1 kaşık domates salçası
1 kilo mısır unu
1 bardak buğday unu
1 yemek kaşığı kişniş
2 kaşık tereyağı
1 yemek kaşığı toz biber
Zeytinyağı
Tuz

Tavuk butları baget tarafından kesip yıkanır. Tavuklar derileriyle pişirilir.
Tencerede yarım çay bardağı zeytinyağında ince ince doğranan soğanlar biraz kavurup salça ilave edilir.
Tavuklar orta ateşte suyunu salıp çekene kadar pişirilir.
7-8 diş sarımsak tuz ve kişnişle havanda dövülüp tavuklara ilave edilir.
Sıcak suda tavuklar iyice pişirilir. Tavuklar pişince bir bor cama susuz bir şekilde çıkarılır.
5-6 diş sarımsak tuzla dövülüp 1 kaşık kadar salçalı su ekleyip pişen tavukların her yerine sürülür.
Tavukların piştiği salçalı suda şipsi yapılır. Bunun için 1 bardak mısır unu, 1 bardak buğday unu karıştırılır.
Topaklanmaması için biraz suyla, biraz da tenceredeki salçalı suyla sulandırılır.
Bu karışım tencerede kaynamakta olan tavukların pişirildiği salçalı suya yavaş yavaş ilave edilir. Koyu boza kıvamında bir sos olacak, kısa sürede pişecektir.
Ardından şipsi ile yenen mısır pastası yapılır.
Bir tencereye yarısına kadar su konulur. İliynca mısır unu az az ilave ederek karıştırarak karıştırarak suyun aldığı kadar koyup tavada toplanıncaya kadar pişirilir.
Tabağa şipsi sosu koyulup yanına da tavuğunu, bir kaşık da kenarına pastasından konularak da servis yapılır.
Bir tavada 2 kaşık tereyağı eritip, kırmızı biberi koyup altı kapatılır. Servis edilirken üzerine dökülür. Bu yemeğin bekletmeden yenmesi gerekir.

Not: Aşçı olup ta şipsi yapmayı bilmeyen yoktur sanırım. Mutfaklarda Çerkez Tavuğu olarak karşımıza çıksa da Çerkez halkı şipsi olarak adlandırmaktadır.

