



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK GÖĞSÜ

Malzeme:

1 litre süt

1 su bardağı toz şeker

80 gram tavuk göğüs eti

40 gram Bizim Mutfak Buğday Nişastası

30 gram Bizim Mutfak Pirinç Unu

1 çay bardağı su

tarçın

Tavuk göğüs etini haşlayıp önce tel tel ayırın, sonra da çok ince doğrayın. Nişasta, pirinç unu ve suyu bir kasede iyice karıştırın. Süt ve tozşekeri bir tencerede kaynatın. Nişastalı karışımı ilave ederek yavaş yavaş çırpma teli ile karıştırarak dökün. En son tavuk etini ilave edin. 3 dakika daha kaynatın. Tatlıyı 20-25 cm çapında sıvıyağ ile yağlanmış bir tepsiye dökün. Buzdolabında en az 1 saat kadar bekletin. Tatlıyı rulo şeklinde sarıp servis tabağına alın. İsteğe göre tarçın serperek servis yapın.
