



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK GÖĞSÜ

1 tavuk
5 su bardağı süt
2 su bardağı toz şeker
9 çorba kaşığı pirinç unu

Tavuk temizlenir ateşe konur. Yarı pişmiş durumda ateşten alınır, göğsü çıkartılır, temiz ve sert bir yere konur, merdane ile göğsü ezilir. Ovalanır, soğuk su içine konup el ile didikienir, sinirleri çıkarılır. Muhallebi pişirilir, tavuk göğsü sudan çıkarılıp sıkılır, bir kap içine konur, muhalebiden bir kepçe tavuk göğsü katılarak kepçenin tersiyle tavuk göğsü ezilir. Böylelikle muhallebi, tavuk göğsü ile karıştırılır. Tabaklara dağıtılır, soğuduktan sonra üzeri süslenir.