



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKGÖĞSÜ

Cemaliye Tüter

- 1,5 lt. süt (8 su bardağı)
- 1,5 su bardağı tozşeker
- 1 su bardağı pirinç unu
- 1 kahve fincanı nişasta
- 1/2 adet tavukgöğsü
- 1 yemek kaşığı tarçın

1 Yarım tavuk göğsünü temizledikten sonra haşlanması için ateşe koyunuz.

2 Tavuk göğsünü, didikleyerek ince ince liflere ayırın. 1 bardak soğuk suyun içine bırakın ve avucunuzun içinde ovuşturun.

3 Süt, şeker, pirinç unu ve nişastayı bir tencereye koyup tahta kaşıkla karıştırarak kaynatın. Liflenen tavukgöğsünü de katıp iyice ezerek muhallebiye yedirin. Karıştırmayı sürdürerek 15-20 dakika pişirin.

4 Tavukgöğsünü, bir servis tabağına boşaltın; üzerine tarçın ekin ve soğuduktan sonra servis yapın. Ya da bir tepsiye döküp donduktan sonra, resimde görüldüğü gibi, kesip rulo biçiminde sarın.