



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK GÖĞSÜ

Malzemeler ;

4-6 kişi için

4 su bardağı Süt

Haşlanmış yarım Tavuğun yalnızca Göğüs Eti

1 kahve fincanı Pirinç Unu

1 kahve fincanı Nişasta

1 su bardağı Toz Şeker

1 fiske tuz

Hazırlanışı;

Haşlanmış yarım tavuğun göğüs etleri didiklenir. Suyu yıkanıp sıkılır. Suyun içine bir müddet (1-2 saat) bırakılır. Arada bir suyu sıkılıp tekrar bırakılır.

4 bardak süt kaynatılır. Tavuk etleri kaynamakta olan sütün içine atılarak tahta kaşıkla eze eze pişirmeye devam edilir. Ateşten alınıp, bir kenara konur.

Topaklanmaması için su ile ezilmiş pirinç unu ve nişasta karışımına, süttten bir kaç kaşık alınarak iyice sulandırılır. Sonra hepsi birden bekleyen süt, tavuk karışımına ilave edilir.

Hepsinin üstüne şeker ilave edilir. Dibinin tutmaması için devamlı karıştırılır. Bir müddet sonra sakız gibi olunca ateşten indirilir.