



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK GÖĞSÜ

1 litre süt
1 su bardağı şeker
1 su bardağı un
100 gram margarin
1 adet tavuk göğsü
5-6 adet karanfil
Bir miktar tarçın

Öncelikle tavuk göğsünü bol su doldurulmuş bir tencerede kapağı kapalı olarak karanfil ilavesi ile iyice haşlayın. Haşladığınız tavuk göğsünü elinizle lif lif ayırın. Soğuk suyun içine atıp, sıkarak çıkarın. Bu işlemi 3 defa tekrarlayın. Bir tencerenin içine unu koyup, yağsız olarak hafifçe kavurun. Sütü ve şekeri ekleyip karıştırarak göz göz oluncaya kadar pişirin. Tencereye daha önceden hazırladığınız tavuk göğsünü ve margarinini ilave edip, tahta kaşıkla karıştırarak pişirin. Tencereyi ateşten indirip, mikserle çırpın ve bir tepsiye aynı kalınlıkta dökün. Tatlıyı bir gece beklettikten sonra dilimleyin. Tarçın serpip servis yapın.