



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUK GÖĞSÜ (SÜBYEDEN)

Necip Usta

750 gr. pirinç
1.1/2 kg.lık net bir tavuğun tek göğsü
4 kg. manda sütü
800 gr. toz şeker

Sübyenin yapılışı: Kırık pirinç taşlarını dikkatlice ayıklayıp üç dört defa suyunu süzdürerek yıkayıp pirincin 5 santim üzerini aşacak vaziyette ılık su doldurup bırakınız ve sabahleyin hiç karıştırmadan tencereyi eğip pirinç seviyesine kadar suyunu süzdürüp dökünüz. Küçük bir değirmende değirmenin akış ağzının önüne bir kap koyarak üstten de pirinci koyup kolunu çevirerek çekiniz. Tencerenin içine akmış olan koyu süt gibi duran beyaz şeye sübyedir. İyice karıştırıp çok ince bir ipek veya naylon elekten süzdürünüz. Tavuğun göğsünü de haşlayıp hazırlayınız ve sonra sütü dibi düz genişçe bir tencereye ateşe koyarak devamlı ağaç bir spatula ile karıştırarak kaynatınız. Hemen karıştırmak sureti ile sübyesini ilâve ederek 20 dakika devamlı karıştırarak pişiriniz ve şekerini ilâve edip 10 dakika daha karıştırarak kaynatınız. Tavuğun göğsünü ilâve edip yine devamlı karıştırarak 10 dakika daha pişirip ateşten alınız. Hiç vakit kaybetmeden sulanmaması için kenarlı bir tepsiyi kaynar suya batırıp kuruladıktan sonra kepçe ile kurdela açar gibi 4 santim kalınlığında tepsiye müsavi olarak boşaltınız. Soğuyunca 8x6 santim keserek servis ediniz.

Not: Ekonomik yapmak isteyenler

- 1) 2 kg. manda 2 kg. inek sütü kullanabilir
- 2) Veya daha ekonomik yapmak isteyenler 3 kg. manda sütüne 1 kg. su koyabilirler. Esasen pratikte koyanlar çoktur.
- 3) Manda sütü bulamayanlar koyun sütü kullanabilirler.
- 4) Süt, ağır ateşte uzun müddet kalırsa sararır.

Not: Sübyenin yapılamadığı yerde yerine 500 gr. sütle ezilmiş 250 gr. pirinç unu 250 gr. nişasta kullanınız.



Fotoğraf "şans eseri" tarafından gönderildi. 19.02.2020