



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAVUK OGRATEN

2 Adet Tavuk Göğüsü
2 Çorba Kaşığı Un
2/3 Çorba Kaşığı Sıvıyağ
2 Su Bardağı Süt
4 Çorba Kaşığı Kaşar Peyniri Rendesi
3 Çay Kaşığı Tuz
2 Çay Kaşığı Karabiber

Tavuk etlerini haşlayalım. Suyunu süzüp küçük parçalara bölelim. Bir başka tencerede yağ ve unu kavuralım, sütü azar azar ilave edelim, boza kıvamına gelinceye kadar pişirelim. Ocağın altını kapatıp tuzu ve karabiberi ekleyelim. Beşamel sosun yarısını tavukların üzerine döküp iyice karıştıralım ve orta boy bir fırın kabına alalım. Kalan sosu da üzerine yayalım, en üste rendelenmiş kaşar peynirini serpelim. Önceden ısıtılmış fırında üzeri kızarana kadar pişirelim.