



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU KEŞKEK (AMASYA)

500 gr aşurelik buğday
1 adet kuru soğan
1 parça tavuk göğsü
75 gr tereyağı
1 çay kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz

Tencereye bir litre su konur. Önceden ıslatılan aşurelik buğday ilave edilerek kaynatılır. Diğer taraftan tavada ince kıyılmış soğan ile tavuk göğsü 7-8 dk kadar kavrulur. Tencerede kaynayan buğdaya eklenir. 5 bardak daha su ilave edilerek kaynamaya bırakılır. Tuz karabiber ve yarım su bardağı yağ eklenir. İyice kaynayıp malzemeler iyice yumuşayınca ocak söndürülür ve ılık hale gelmesi için beklenir. Sonra keşkek tencereden alınarak tahta kaşık yardımıyla iyice ezilir veya robottan geçirilir. Servis tabağına alınır. Arzuyla göre üzerine salçalı sos dökülerek de servis yapılabilir.

