



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAVUKLU KEŞKEK (ÇANKIRI)

Çankırı Meslek Yüksek Okulu

1 kg tavuk göğsü  
0,5 kg keşkeklik buğday  
1 paket margarin  
1 çay bardağı sıvı yağ  
Tuz

Keşkeklik buğday akgamdan suyun içinde bekletilerek ıslatılır.  
Sabah keşkeklik buğday süzülür.  
Düdüklü tencerenin içine tüm malzemeler konulur.  
2 litre su ilave edilir.  
Ocağın en küçük gözünde 4 saat pişirilir.  
Kapak açıldıktan sonra dövülerek çarpılır.  
Sıcak olarak servis edilir.