



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAVUKLU KEŞKEK

125 Gr Sana Mutlu Aile
500 gr tavuk eti
1 Demet semizotu
1 Kg. aşurelik buğday
1 Tutam tuz
1 Tutam kırmızı biber

Keşkeklik buğdayımızı güzelce yıkayıp üzerini örtecek kadar su ile gecedan ısıyalım. Güzel ve çabuk pişmesi açısından düdüklünün dibine önce etimizi koyalım, gecedan güzelce yıkayıp suya yatırdığımız keşkeklimizi süzmeden o suyuyla tencereye koyalım ve onun içinde 4 parmak üzerine çıkacak kadar su koyalım, bir tutam tuzunu koyalım ve 100 gr sana mutlu aile yağından koyalım ve tenceremizi orta ateşte 2-3 saat kadar pişirelim. Tencerenin havasını çıkardıktan sonra bir tahta kaşıkla ara vermeden devamlı karıştırarak pişirelim. Üzerine kırmızı biber ve 25 gr sana mutlu aile yağın kızdırıp servis yapalım. En son olarak semizotu ile süsleyelim.