



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## TAVUKLU MAKLUBE

- 2 Yemek Kaşığı Sana Klasik
- 2 Su Bardağı pirinç
- 2 Çay Kaşığı tuz
- 2 Şu Bardağı su
- 2 Adet salatalık
- 2 Adet soğan
- 2 Adet havuç
- 250 gr yoğurt
- 1 Kg. tavuk göğsü (kuşbaşı şeklinde doğranmış)
- 1,5 Çay Kaşığı kırmızı pul biber

Tavuk göğüsleri kuşbaşı olarak bir tencerede sana klasik margarin yardımıyla kırmızı pul biber, tuz, karabiber eklenerek güzelce kavrulur. Büyük bir tencerenin dibine soğan ve havuç döşenir. Üzerine et onun üzerine de pirinç döşenir, tekrar soğan ve havuç tekrar et tekrar pirinç döşenerek tencere doldurulur su ilave edilerek karıştırmadan pişirilir. Pirinçler pişince (suyunu çekince) tencere büyük bir sofraya ters kapatılarak boşaltılır. Tepsinin kenarları salata ve yoğurtla süslenir.