



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın M tevazı Lezzetler  Mutluluklar Diler

 ERKEZ TAVU U



- 1 Adet b t n tavuk
- 4 Dilim bayat ekmek i i
- 2 Su barda ı i  ceviz
- 2  orba ka ı ı sıvıya 
- 2 Tatlı ka ı ı tuz
- 1  ay ka ı ı karabiber
- 1 Tatlı ka ı ı kırmızı pul biber

- # Tavuk ha lanır, kemi inden ayrılan etleri (ha landıktan sonra) servis taba ına konur.
- # Bayat ekmek i i  ukur bir kaba konur,  zerine bir miktar tavuk suyu konur, di e gelecek  ekilde d v lm   ceviz i i konur ve karı tırılır.
- # Karı ım boza kıvamına gelene kadar, tavuk suyu eklenir, tuz, karabiber de katılır karı tırılır.
- # Hazırlanan karı ım servis taba ında bulunan ayıklanmı  tavu un  zerine d k l r, iyice karı tırılır.
- # Sıvıya  kızdırılır, kırmızı pul biber eklenir, pul biberin rengi ya a  ıkınca, servis taba ında bulunan  erkez tavu una gezdirilir.
- # So uk olarak servis yapılır.

Not:  erkez tavu u adından da anla ıldı ı gibi etnik bir yemektir.