



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Müttevazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

ŞİPS



1 adet tavuk
1 adet kuru soğan
1 litre süt
4 çorba kaşığı un
2 su bardağı su
6 çorba kaşığı sıvıyağ
1,5 tatlı kaşığı tuz
Terbiyesi İçin;
1 iri baş sarımsak
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
3 çorba kaşığı zeytinyağı
3 çorba kaşığı su
Üzeri İçin;
2 çorba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber

- # Tavuk parçalara ayrılır. Terbiye malzemesi olan, dövülmüş sarımsak, kırmızı pul biber, zeytinyağı ve su karıştırılır.
- # Terbiye tavuk parçalarına sürülür, üzeri kapalı olarak buzdolabının alt rafında 2 saat bekletilir.
- # İnce doğranmış kuru soğan, 6 çorba kaşığı sıvıyağda şeffaflaşana kadar kavrulur, ateşten alınır.
- # Üzerine tuz, 2 su bardağı soğuk su ve sütün tamamı konur, karıştırılır. Un eklenir, pürüz kalamayana kadar çırpılır.
- # Karışım orta ateşli ocakta sürekli karıştırarak çorba kıvamına gelene kadar pişirilir.
- # İçine terbiyede bekletilmiş, tavuk parçaları katılır. Tavuklar yumuşayana kadar pişirilir.
- # Yemek servis tabağına alınır, üzerine kızarmış tereyağı, pul biber karışımı gezdirilir.

Not: ŞİPS bir Çerkez yemeğidir. Maramisa adı verilen mısır unuyla hazırlanmış hamur eşliğinde servise sunulur.