



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BANDUMA (KASTAMONU)

Aydođan Aydođdu - Metin Mızrak

250 gr Parçalanmış hindi eti (Göğüs eti olmalı)

140 gr. Ceviz içi

30 gr Tereyađı

2 adet Yufka

750 ml Hindi suyu

Bir tencerede hindi eti su içinde pişirilir.

Yufkalar rulo haline getirilir ve sigara böređi büyüklüğünde kesilir.

Kesilen bu yufkalar büyükçe bir kâseye alınmış hindi suyunun içine batırılır ve ıslanır.

Hindi suyunda ıslatılan her bir parça uygun bir servis tabağına güzelce sıralanır.

Yufkaların üzerine ceviz içi serpilir, bu işlemden sonra hindi eti serpilir

Bir tavada kızdırılan tereyağı üzerine akıtılır sıcak olarak servis yapılır.

