



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## DÜDÜKLÜ TENCERE YEMEĞİN LEZZETİNİ BOZARMI?

Bazıları düdüklü tencerenin yemeklerin lezzetini bozduğunu söyler ama gerçek hiç de öyle değildir. Yemekler tamamen kapalı olarak piştiği için tencere içinde bütün yararlı niteliklerini muhafaza etmiş olurlar. Ne var ki düdüklüde pişme süresine dikkat etmeli, yemeği gereğinden fazla pişirmemelidir. Ateşte fazla tutulursa yemekler dağılıverir. :D