



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KASTAMONU LOKMASI

Kurutulmuş ryan  eriği bir süre ılık suda bekletilir. Erikler yumuşayıp şişince çekirdekleri çıkarılıp yerine birer kavrulmuş badem konur. (İsteğe göre, i ceviz veya kavrulmuş fındık da konulabilir). Un, ve şekerle boza kıvamında hamur hazırlanır. Derince bir tavaya bol mısırözü yağı konur orta ateşte kızdırılır. Erikler hamura bulanarak kızgın yağa atılır. Kızarıncı kevgirle yağı szdrlerek tavadan alınır ve servis tabağına konur. zerine pudraşeker serpilir, soğuk servis yapılır.
