



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KEŞKEK (ÇANKIRI)

Buğday kabuğu soyuluncaya kadar dövülür. Daha sonra bol suda yıkanır ve güneşte iyice kurutulur. Keşkek tencereye konur, suyu ilave edilir. İçine kemikli et ve tereyağı konup fırına verilir. Fırında suyu iyice çekinceye kadar pişirilir.
