



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ACIBADEMİN ACISINI ALMAK (ERZİNCAN)

Bademin acısı almak için 1 kase çekirdeğe, ½ kase meşe pelit odunu külü konularak kaynatılır. Süzülür. Soğuk su ile yıkanır, kabukları soyularak kullanılır.

Not: Aynı şekilde kayısı çekirdeğinin de acısı alınabilir.