



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AVUZ (ÇANKIRI)

İneğin yavrulamasından sonra 3-4 gün sağılan süt biriktirilir.

Bu süt normal sütten daha koyu ve sulu yođurt gibidir.

İneğin sütü 4. veya 5. gün normale döndükten sonra sağılan sütle karıştırılarak inceltilir ve pişirilerek muhallebi haline getirilir.

Sođuk olarak ve üzerine toz şeker ekilerek kaşık veya ekmeğe banılarak yenilir.

Tadı kaymađa benzemektedir.
