



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AZIK (ADANA)

Prof. Dr. Erman Artun

Buğday yıkanır. Islak çuvallara koyulup 3 gün boyunca her gün kaynar su dökülür. Buğdaylar çimlenir, çimlenen buğdaylar serilip güneşte kurutulur. Sonra değirmende un haline getirilir.

© lezzetler.com tarif no:103704 • adı:Azık (Adana) • gönderen:AyGölgesi • indirme tarihi:26.04.2025 - 20:31