



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇAM KOZALAĞI PEKMEZİ (TOSYA KASTAMONU)

<https://www.milliyet.com.tr>

Kozalakları bir gece ılık suda bekletiyoruz. Üzerine dilim limon ile bir miktar sirke ekliyoruz. Bunlar antioksidan özelliği gösterdiği için içindeki mikropları veya tozları bu şekilde temizliyoruz ve hijyenik bir hale getiriyoruz. Ertesi günü bu kozalakları durulama suyuyla temizledikten sonra içinin açılması için çekiçle tek tek kırıyoruz. Daha sonra, ezdiğimiz çam kozalaklarını yaklaşık 8 saat boyunca kaynatıyoruz. Kozalakların suyu kaynadıktan sonra kırmızı bir renk halini alıyor. Bir gün demlenmesi için suda bekletiyoruz. Daha sonra, kozalakların suyunu süzüyor ve başka kazana koyuyoruz. Üzerine bir miktar şeker ilave ediyoruz, çok olmamak kaydıyla. Çünkü, doğal aromasında şeker yok, tatlılık yok. Daha sonra çam kozalağı pekmezini tüketiceğimiz kavanozlara alıyoruz.

Not: Özellikle kış mevsiminde, solunum yolları hastalıklarına iyi geliyor. Pekmezin kilosunu 75 liradan satılıyor.

