



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇANKIRI YARMA TARHANASI

Çankırı Meslek Yüksek Okulu

Dibekte dövölmüş kabuğu soyulmuş buğday yanı keşkek değirmeninde iri olarak çektilir.

Fırından akşamdan tutulup ekşitilmiş bir tane ekmek mayası alınır.

Geniş bir kapta maya ılık su ile ıslatılır. Üzerine yağı alınmış torba yoğurdu, parmağı yakmayacak kadar ısıtılarak mayanın üzerine tuz ile birlikte ilave edilir ve iyice karıştırılır.

Bu malzemeye çekilen yarma unu azar azar ilave edilerek kulak memesi yumuşaklığında hamur yoğrulur.

Yoğrulan kabın ağzı kapatılır ve üstü örtölerek mayalanmaya bırakılır. Her gün üzeri sertleşmemesi için yoğrulur.

Böylece 3 gün bekletilir.

Üç gün sonunda gölgeye çarşafının üzerine un, kaşıkla küçük parçalar halinde dökölür. Biraz kendini çekince alt üst edilir ve arasında biraz kendini çekince elle hafif ovalanarak tarhananın daha küçük parçalar ayrılması sağlanır.

Bu tarhana fazla sertleşmeden biraz daha ovularak kalburdan geçirilir.

Geçirilen tarhana yine gölge bir yerde çarşafın üzerine serilerek iyice kurutulur (Ekşiliğini kaybetmemesi için).

Kuruyan tarhana bez torbalarda kullanılmaya hazır şekilde saklanır.

Not : Daha önceden ayıklanmış yeşil mercimek tarhanaya karıştırılarak da saklanabilir.