



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇAŞIR KAVURMASI

Çaşır dağlarda yetişen buruk bir tadı olan yabancı bir bitkidir.

Çaşır suda haşlanıp sade yenildiği gibi, patates haşlamasıyla karıştırılıp tereyağında kavularak da yenir.

Bunun dışında çaşır haşlanır, haşlanan çaşır un ve yumurtaya batırılarak yağda kızartılır, buna çaşır kızartması veya kavurması denir.

Erzurumlular tarafından, çaşırın, vücut için şifalı olduğuna inanılmaktadır.

