



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

CIZLAMA (AKITMA) (KOCAELİ)

Kocaeli İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

½ kg un
1 tatlı kaşığı maya
1 çay kaşığı tuz
1,5 bardak su

Un, tuz, su, maya akıcı olacak şekilde hamur yapılarak kabarmaya bırakılır. Saç veya tava içine yağ sürülerek 1 kaşık hamur atılır. Kısık ateşte pişirilir.

[ML® Akıtma için tıklayın](#)

[ML® Tavuklu Akıtma \(görsel\)](#)

