



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DÖVMELİ TARHANA

1 kilo aşurelik buğday
2 kilo süzme yoğurt
1 çay bardağı un
1 yemek kaşığı tuz
2-3 litre su

Buğdayı akşamdan suya koyup 1 gece bekletin. Bekleyip şişen buğdayı tencereye koyup 2-3 litre suda haşlayın. Suyun üzerindeki köpüğü alın. Köpük olmasın. Buğdaylar ezilecek kadar yumuşasın. Soğuyunca unu ekleyip hamur gibi yoğurun. Süzme yoğurdu ekleyip iyice özleşene kadar yoğurun. Tuzunu 1 yemek kaşığı kadar koyun. Tarhananız ekşili olsun isterseniz 1 gece bekletebilirsiniz. Temiz bir beze yemek kaşığı ile hamurdan parçaları aralıklı olarak koyun. Topak topak kuruyacak. Balkonda kurutun, üzerine tülbent çekilebilir. 1-2 gün sonra tersini çevirin o kısımda kurusun. İyice kurumaları lazım, küflenir, taş gibi sert olacak. Tarhananız kuruduktan sonra isteğiniz şekilde kullanın.