



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DUTMAÇ (SEYDİLER KASTAMONU)

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı

5-6 Yemek Kaşığı Un
3 Litre Su
İhtiyaca Göre Erik pestili
1 Çay Kaşığı Tuz

Kaynar suya un eklenir ve çirpenek ile ezilir.
Koyulaşana kadar un çırpılır.
A4 kağıdı büyüklüğündeki pestil ılık suda 1 saat bekletilir.
Yumuşak hale gelen pestil biraz su ile çırpılan una (çorbaya) ilave edilir.
Bu şekilde servis edilir.

Not: Yeni doğan kız çocukları için doğum günü ve sonrasındaki bir kaç gün yapılmış. Burada kızların önemi vurgulanmak istenirmiş.