



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

EBEGÜMECİ (EBEMGÜMECİ)

Birkaç çeşidi olan bu bitki, pişirilerek yenilir. Yağda kızartılıp yumurtalı yapılır, haşlanıp üzerine yoğurt ilave edilir, haşlamanın suyu ayrıca içilir. Düğme denilen tohumu çiğ yenir. Bazı yerlerde içine madımak, evelik vs. katarak da yemeği yapılır.