



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ETLİ EKMEK (KASTAMONU)

Aydođan Aydođdu - Metin Mızrak

1 kg Un
20gr Tuz
500 gr Kıyma
1 adet Sođan
400 ml İlık su
5 gr. Karabiber
5 gr. Tuz
5 gr Kırmızıbiber
5 gr Kimyon

Hamur için gerekli malzemeler bir kaba alınır ve kulak memesi kıvamına gelene kadar yoğrulur.

Sođan rendelenir ve iç malzemeler karıştırılır.

Hamurdan orta büyüklükte bezeler alınır ve yufkalar açılır.

Hazırlanan içten, yufkanın bir tarafına yeteri kadar konulur ve yayılır, hamurun boş tarafı iç olan tarafın üzerine kapatılır.

Hazırlanan ekmeğin sacın üzerinde iki tarafı da yağlanarak pişirilir ve sıcak olarak servis edilir.

