



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GAVUT (VAN)

Van Valiliği

Buğdayın kavrulmuş öğütülmesi sonucu elde edilen bir un çeşididir. Günlük yeneceği zaman yağ ile karıştırılarak sıcak olarak servis edilir. Genellikle sabah kahvaltılarında tüketilir.

Not: Gavut, Urartular zamanında uzun savaşlar sırasında askerlerin beslenmesinde kullanılmış ve günümüze kadar gelmiştir. Hem sabah kahvaltılarında hem de Ramazan ayında sahurda yaygın olarak tüketilir.

