



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GÖCEAŞI (GÜDÜL ANKARA)

Güdül Kaymakamlığı

Ekin ve buğdayın kabukları değirmende soyulur. Göce ıslanır. Nohut, kuru fasulye gecedan ıslanıp hazırlanır. Bunlar karıştırılarak yağsız, suda pişirilir. Et te katılabilir. Sonra, sarımsaklı yoğurda katılır, iyice karıştırılır.

