



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

GÖLLE (ISPARTA)

Isparta İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

1 kg Buğday
2 Su Bardağı Nohut
1 Su Bardağı Ak Fasulye (bazı yerlerde konulur)
Tuz
Su

Buğday, ak fasulye ve nohut ayıklanıp akşamdan ıslatılır. Sabah suyu süzülüp yıkandıktan sonra, tüm malzemeler düdüklü tencere içerisine konur ve üzerine sıcak suyu katılıp 25-30 dakika kadar düdüklü tencere içerisinde pişirilir. Gölle ılıdıktan sonra isteğe göre tuz ekerek servis yapılır.

Not: Gölle, bebeklerin ilk dişi çıktığında, dişleri sırma gibi olsun diye bebeğin annesi tarafından pişirilerek, diş çıkışını kutlamak için davet edilen akrabalar ve komşular eşliğinde yenir.

