



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAŞHAŞ TOHUMU

Yurdumuzun bazı bölgesinde yetişen haşhaş bitkisinin tohumu mutfaklarda baharat olarak kullanılır. Özellikle Afyonkarahisa'da çöreklerde yaygın olarak kullanılır. Orta Avrupa ve Yahudi mutfağında da kekelre, şutrudellere, pudinlere ve eriştelere katılır. Bazı hamurışlerinin ve ekmeklerin üzerine de serpilir.

