



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HEDİK (ERZİNCAN)

Ayıklanmış buğdaylar akşamdan ıslatılarak, sabah düdüklü tencerede iyice pişirilir. Suyu süzülür. Genişçe bir kaseye alınır. Soğutulur. Üzerine ceviz, badem, fındık, fıstık ve pudra şekeri serpilerek servis yapılır.

Not: Tatlı yendiği gibi tuzluda yenebilir. Çocukların ilk dişleri çıktığı zaman, dişini ilk gören kimse bebeğe bir hediye alır. Daha sonra anne de aile büyüklerini, eşi, dostu ve akrabalarını evine çağırarak güzel ikramlarda bulunur. Davetlilerde eli boş gelmez, bebeğe uygun hediyeler getirirler. İşte bu sırada da ortaya haşlanmış ve yemişlerle zenginleştirilmiş HEDİK getirilir. Yere temiz bir örtü yayılır. Çocuk bu örtünün üzerine oturtulur. Önüne ayna, tarak, kalem, altın, kitap ve kur¶an gibi seçenekler konur. Çocuk bunlardan hangisini seçerse o mesleği seçeceğine inanılır¶! Daha sonra bir avuç buğday başına serpilerek geri kalan dişlerinin de buğday taneleri gibi düzgün ve kolay çıkması temennisi ile hayır dualar yapılır ve seremoni bu şekilde sona erer. Bu törene..! DIŞ BUĞDAYI da denir. Unutulmaya başlanan eski ve güzel bir geleneğimizdir.
