



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HEDİK (KAHRAMANMARAŞ)

Kahramanmaraş Valiliği
Hacı Ali Özturan

1 su bardağı nohut
3 su bardağı bugday
10 tane ceviz
Yarım su bardağı toz seker (ya da 1 tatlı kasığı kimyonla tuz)

Bir ölçek nohut, üç ölçek bugday ile karıştırılır. Yıkanır. Sonra bol suda kaynatılarak pisirilir. Nohut ve bugdaylar yeterince pistikten sonra süzekte süzülür.

Bu şekilde pisirilip süzülen hedigin üzerine kimyon ve tuz atılabildiği gibi; bunların yerine toz seker de atılabilir.

Not: Hedik, bebekler diş çıkardıkları zaman yapılarak (diş hedigi) konu-komsuya gönderilen; hanımların topluca hamama gittiklerinde ya da canı çekenler yaptıkça yenen bir tür çerezdır.