



HEDİK

Anadolujet Magazin

Nohut
Fasulye
Buğday
Ceviz
Badem
Fıstık
Fındık
Kuru üzüm
Kuru incir

Hedik için nohut ve fasulyeyi önceden ıslatıp şişirin. Ardından aynı kap içinde yumuşayana kadar kaynatılan buğdayı süzün ve ortaya getirin. Son olarak buğday, nohut ve fasulyenin üzerine ceviz, badem, fındık, fıstık gibi kuruyemişlerle kuru meyveler ekleyerek servis edin.

Not: Uzun kış gecelerinde hem sağlıklı hem de enerji deposu bir eğelenceliğidir.

