



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## HERİSE

Melceü&apos;t - Tabbahin (Mehmed Kâmil 1844)  
Türkiye Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları

Kabuğu çıkmış keşkeklik buğdayı yirmi dört saat suda terk ettikten sonra ziyadece su ile kaynatıp gereği gibi çatlayıp yumşadıktâ kevgirden süzeler.  
Badehu tencereye koyup ve kemiklerinden çıkmış gereği gibi pişmiş lahm-i bakar veya ganem pareleri ve bir miktar tuz ilave edip büyük kepçe ile veyahut ağaç havan eli veya keşkek tokmağıyla döğüp iyice halloluduktâ tencere ateşe koyup et suyuyla kararına gelince tabh olunduktâ sahanlara ba&apos;de&apos;t-tevzi&apos; üzerine bir miktar rûgan-ı sâde gezdirip ve kimyon veya sumak ekilip tenâvül buyrula.  
Mukavvi taamdır derler.

