



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNCİR UYUŞTURMASI (SAKARYA - ABHAZ KÜLTÜRÜ)

<https://www.sakarya54.net>

Manda Sütü 1 Kilogram
Kuru İncir ? Kilogram
Şeker 4 Yemek Kaşığı

İncir yıkanır; kuşbaşı biçiminde doğranır. Kaynak sütle incir ezilir. 4 yemek kaşığı şeker konur. Üstüne tekrar kaynak süt konarak üstü kapatılarak uyıştırulur.