



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ISPARTA YEMEK KÜLTÜRÜ

Isparta tarım ve meyvecilik yönünden zengin bir yöre olduğu için, bu zenginlik yemeklere de yansımıştır. Yörede bilinen mahalli yemekler şu şekilde sıralanabilir.

Çorbalardan; bulgur, etli, tarhana, işkembe, keklik, mercimek, miyane, oğmaç, paça, patates, sakala sarkan, sebze çorbaları, (ıspanak çorbası) tavuk, top tarhana, tapalak, tutmaş, yayla (toyga) çorbaları,

Et yemeklerinden; banak, çömlek kebabı, kabine, keşkek, tandır kebabı, tirit, yoğurtlu et,

Sebze Yemeklerinden; ıspanak, kabak ve bakla gibi sebzelerin yoğurtlu yapıldığı 'boranı',

Katkılı Hamurlu Yiyeceklerden; diran ekmeği, kuyruğu sulu, kulak böreği, çörek, katmer (goşma), pişi, nokul,

Tatlılardan; hamur tatlıları, samsa, şekerleme, tosmankara, mafiş, lokma. yörede sütlaç, güllaç ve muhallebi, pelte, su peltesi, zerde, hoşmerim. Diğer tatlılar; ırmik helvası, haşhaş helvası, saksığan veya karga beyni, derdimi alan yöreye özgü yemeklerdendir.

