



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAÇAMAK (BANDIRMA BALIKESİR)

Bandırma Onyedil Eylül Üniversitesi

1 litre ılık su kaynatılarak yarım kilo mısır unu suya ilave edilir.

Daha sonra sürekli karıştırmak suretiyle tuz ilave edilir ve bir büyük tabağa alınır.

Bu esnada başka bir tencerede 4 kaşık tereyağı eritilir ve kırmızı pul biber eklenir.

Bu sos, hazırlanan mısır unu üzerine dökülür ve kavru lan kuşbaşı etler eşliğinde servis edilir.

Not: Mısır unu, beyaz peynir ve kavru lmuş etle yapılan bu yemek Pomaklar tarafından 'kaçamak', Rumlar tarafından 'mamalika', Gürcüler tarafından 'papa' diye adlandırılmakta ve Bandırma ve Erdek yöresinde sıklıkla tercih edilmektedir.
