



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAÇAMAK (KIRKLARELİ)

<https://www.kulturportali.gov.tr>

1 kg. mısır unu
2 çay kaşığı tuz
Çok az ay çiçek yağı
Mısır ununun hamurlaşmasına yetecek kadar su
Çok az tereyağı

Bir tencereye su, 2 çay kaşığı tuz ve biraz ay çiçek yağı konur ve ocakta kaynatılmaya başlanır. Bu arada azar azar mısır unu tencereye dökülür ve topaç olmaması için oklava ve tahta kaşık ile devamlı karıştırılır. 1 kg mısır ununun ateş üzerindeki tencereye konması bitince ve mısır unu tamamen dağılıncaya kadar karıştırma işlemine devam edilir. Mısır ununun tamamı tencereye konduktan ve topaç kalmadıktan sonra ateşte eritilmiş ve içerisine biraz tereyağı konmuş tepsiye kaçamak yayılır. Kaçamak tepsiye tahta kaşık ile yayılırken, kaşık ara sıra yağlanır ki, kaçamak kaşığa yapışmasın. Az bir miktar tereyağı daha kızartılır ve tepsiye yayılmış olan kaçamağın üzerinde gezdirilir. Son olarak ta, kaçamak üzerine pekmez dökülür ve kaşıkla yenir.

