



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAÇAMAK

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

8 su bardağı su
Aldığı kadar mısır unu
2 dolu yemek kaşığı tereyağı
Tuz
Üzeri için:
Ekşimik (Lor peyniri)
Pekmez
Kavurma

Suyu içine tuzu katarak bir tencerede kaynatın. Mısır ununu azar azar ekleyerek sürekli karıştırın. Mısır unu yoğun olduğu ve dibi çabuk tuttuğu için sürekli karıştırmaya devam edin. Kek kıvamına gelince karışımı bir kaç yerinden tahta kaşıkla delerek göz göz olmasını bekleyin. 1-2 dakika daha ateşte tutup suyunu çektirin. Katılaşınca bir tepsiye alıp, üzerine tereyağ yakıp gezdirin. Tereyağı içine tahta kaşıkla güzelce karıştırıp yedin. Kaşığın sırtıyla üzerini düzeltip, lor peyniri serpeleyip afiyetle yeyin.

Not: Bazı yerlerde lor peyniri yerine, ortasından hafif çukurlaştırılmış bölümüne pekmez konularak yenir. Pekmezli orta kısma yakın bölümden yenmeğe başlanır. Kaşığa bir parça pekmez bir parça da kaçamak gelecek şekilde alınarak, tabağın kenarına doğru gelinerek yenir. Böylece pekmezin döküldüğü orta havuz genişledikçe, kenarlara doğru da pekmez yayılmaya başlar. Pomak köylerinde ise, bayram sabahlarının baş yemeği olan kaçamak, orta kısmına kavurma konularak yenir.

