



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAÇAMAK

<https://www.sabah.com.tr>

1,5 litre su doldurulan tencere, kaynamaya bırakılır. Kaynayan suyun içine yemek kaşığı ile tuz, az miktarda tereyağı atılır. Daha sonra 400 gram mısır unu yavaş yavaş salınır. Bir yandan da tahta kaşıkla topak olmaması için hızlı olarak karıştırılır. Mısır ununun tamamı konduktan sonra tahta kaşığın tersi ile mısır unu tencereye bastırılarak 5 dakika kaynatılır. Pişen 'Kaçamak' tepsiye konulur, kaşığın tersi 'kaçamağa' bastırılarak, üzerine yakılan tereyağ dökülür. Son olarak üzerine isteğe bağlı olarak pekmez, yoğurt ya da toz şeker dökülerek servis edilir.

