



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARAVU ŞERBETİ (BOLU)

1 kg kıvılcık
4 su bardağı kadar su
1.5 su bardağı toz şeker
1 limon

Yıkanan kıvılcıklar tencereye alınır. Üstünü kapatacak kadar su koyulur ve kaynatılır. Ara sıra kontrol edilerek ezilecek kıvama geldiğinde ocaktan alınarak soğumaya bırakılır. Soğuyan kıvılcıklar süzgeçten veya tülbenkten geçirilir, tekrar tencereye alınarak şekeri ve limonu ilave edilir. Yarım saat kaynatılır ve soğuması beklenmeden kavanozlara koyulur. Kavanozlar ters çevrilerek havası alınır, oda sıcaklığına geldiğinde de buzdolabına kaldırılır.

Not: Karadeniz Bölgesi'nde kıvılcık "kiren" olarak da bilinir.

