



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KARTINA (BANDIRMA BALIKESİR)

Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi

Pomaklara ait geleneksel bir otlu yemek türüdür.

Kartina yapımı için öncelikle gerekli olan cancana, ısırgan, ıspanak, gelincik otu ve kuzukulağı otları yıkanarak süzülür.

Daha sonra bu otlar beyaz un ve mısır unu ile yoğrularak tepsiye dizilir.

Kısık ateşte arkalı önlü pişirilir.

---