



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

KAVUT HAŞILI (ERZURUM)

Erzurum İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Buğday, arpa, mısır vb. gibi ürünlerin kavrulduktan sonra değirmende çekilerek un haline getirilmiş şekline kavut unu denir.

Kavut kaynar suyla ezilerek ortasında bir çukur oluşturulur.

Açılan çukura eritilmiş tereyağı, bal veya pekmez doldurularak yenir.
