



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAVUT (TUNCELİ)

Tunceli Valiliği

4 su bardağı buğday

1 litre su

1 çay kaşığı tuz

250 gr. tereyağı

Buğday ayıklanır. Tavada kavrulduktan sonra dövülerek ezilir. Ezilen buğday sıcak suda, karıştırılarak pişirilir. Tuzu atılır. Ateşten alındıktan sonra eritilen tereyağı ilave edilerek servise hazırlanır.

