



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KENGER

Tunceli Valiliği

Tunceli'de özellikle de Ovacık'ta bol yetişen bir bitki olan Kenger, hem yemeği, hem sakızı yapılmakta hem de hayvanlara yem olarak kullanılmaktadır. Kengerden daha çok tazeyken yemek yapılabildiği gibi çiğ olarak da yenilebilmektedir. Çiçek açma zamanında kengerden sakız elde edilebilmektedir. Kenger sakızının çene gevşemesi, patlayan kulak zarının düzelmesi, safra kesesinden taş düşürme, şeker, tansiyon, kalp damarlarının gevşemesi ve hazımsızlığa iyi geldiği; iştah açıcı, dişleri temizleyici, diş etlerini kuvvetlendirici gibi olumlu etkilerinin olduğu söylenmektedir. Kengerin insanlar tarafından yenilmeyen kısmı da, saman haline getirilerek, kışın hayvanlar için yem olarak kullanılmaktadır.

