



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KEŞKEK (ANTALYA)

Antalya İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

İyi kalite buğday iyice temizlenir. Islatılan buğday dibekte kabuğu çıkana kadar, taneler ezilmeden dövülür. Sonra rüzgârda savrularak kabukların tanelerden ayrılması sağlanır. Taneler yel önünde savrularak veya su ile iyice yıkanarak kabuklardan arındırılır. Bol su ile hafif ateşte pişirilir, özleşince ateşten indirilir, sıcak sıcak servis tabağına konulunca üzerine, eritilmiş, kavrulmuş ve içine tercihe göre acı kırmızıbiber konulmuş tereyağı dökülür, yanında et yemeği ile servis yapmak adettir. Keşkek yemeği Antalya merkez ve ilçe ve köylerinde, düğünlerde, mevlitlerde, özel gün yemeklerinin demirbaşısıdır.
