



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEŞKEK (ISPARTA)

Birsen Çevik Akgünlü

500 gr yöresel pastırma (inceltirilmiş kuzu etinin tuzlanıp tülbentle kapatılarak sonbaharda açık havada kurutulmasıyla hazırlanır) ya da 1,5 kg kemikli et
500 gr keşkeklik buğday
1 su bardağı nohut

Düdüklü tencerenin en altına etler koyuluyor.

Dana ise büyük parçalı olacak şekilde,

kuzu etiye kemikli et daha lezzetli oluyor.

Akşamdan ıslatılmış aşurelik buğday ve birazcık nohut, etin üzerine ilave ediliyor.

Malzemelerin üzerini 4-5 parmak geçecek kadar su, tuz, sıvıyağ ilave ediliyor.

Et kuzu ve yağlıysa yağa gerek kalmıyor.

Kaynayınca düdüklünün kapağı kapatılıp en kısık ateşte iki saate yakın pişiriliyor, ama çok kısık olmalı yoksa dibi yanar. Sonra güzelce karıştırılıp servis ediliyor.

