



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## KIZILCIK PESTİLİ (UZUNDERE ERZURUM)

Doğu Anadolu Turizm Geliştirme Projesi

Kızılıcıklar seçilir, yıkanır. Kaynatma kabına alınır. Üzerini geçmeyecek şekilde su konur kaynatılır. Soğuduktan sonra kadar kaynatılır. Özel pestil tahtalarına, bir parmak kalınlığında dökülür. Güneşte birkaç gün kurutulur. Tekrar kızılıcıklar aynı işlemde geçirilerek tahtada kuruyan pestilin üzerine ikinci kat dökülerek birkaç gün daha kurutulur. Tekrar aynı işlemler yapılarak üçüncü katta dökülür. İyice kurutulur. Kuruyan pestil özel keski (egış) ile kaldırılarak tahtaya gelen kısımla kurutulur. Sarılarak rulo halinde şekillendirilip saklanır.

Not: Kızılıcaktan yapılan mucizevi gıda maddelerinden biridir. Doğal olarak yetişmiş kızılıcıklardan ve şeker kullanılmadan yapılan bu ürün, önemli bir besin kaynağıdır.

