



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KOL GÖZLEMESİ (GEREDE BOLU)

Abant İzzet Baysal Üniversitesi  
Bolu Halk Kültürünü Araştırma ve Uygulama Merkezi

5 bardak un  
1 Tatlı kaşığı kuru maya  
Ilık su  
Tuz  
Sıvıyağ

Tüm malzemeler yoğrulup suyun miktarı hamura yumuşak bir kıvam verecek kadar eklenir. Hamur yarım saat dinlendirilir. Bezeler oluşturulur. Bezeler un serpilerek küçük boy tepsi ya da geniş servis tabağı büyüklüğünde açılır. Kızgın yağda kızartılır. Üzerine fırça yardımıyla sıvı yağ sürülür.

