



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## LÖL (GÖMME) (BİNGÖL)

Özellikle kış mevsiminin yemeği. Hamurun içine kıyma, peynir veya çökelek konarak, ocağın büyüklüğüne göre kalın ve yuvarlak bir ekmek şekli verilir, temizlenmiş kızgın ocağın tabanına konur (bazen de iki saç arasına konur). Üzerine saç kapatılır, ateşle örtülür ve pişirilmeye bırakılır. Piştikten sonra çıkarılarak, geniş bir tepsinin içine konur ve kızgın tereyağı dökülerek servis yapılır.

---