



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MALAY (ZONGULDAK)

Zonguldak İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü

Ocakta kaynamakta olan su tenceresine yavaş yavaş mısır unu katılır ve sürekli karıştırılır. Elde edilen katı bulamaç yayvan kaplara kaşıkla küçük parçalar halinde dökülür. Üzerine süt şeker, 8toz şeker) dövülmüş ceviz kızdırılmış tereyağı ya da pekmez dökülerek tatlı malay; kıkırdak, dövülmüş ceviz, tereyağı; küçük parçalar halinde doğranmış kavrulmuş kazciğeri, kaz yağı dökülür. Yörede ceviz bol olduğundan geçmişte cevizden elde edilen yağ ile tafta (yağı çıkarılan ezilmiş dövülmüş ceviz kırıkları) malayın üstüne dökülmüş.

