



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANAT

<https://www.mpd.org.tr>

Kestane veya karakabak kabuğu soyulduktan sonra avuç içi büyüklüğüne dilimlere ayrılır. Sonra iç kısımları kabın ateşe değen alt yüzüne gelmek üzere yanyana ve üst üste dizilir. Kıyılarına patates veya kelle mısır konarak pekaz su ile ocağa sürülür. Üstü örtülür, iyi pişinceye kadar ocakta kalır. Suyun konmasına sebep çıkan buğunun pişirmeyi temin etmesidir.

© lezzetler.com tarif no:99516 • adı:MANAT • gönderen:icarcı • indirme tarihi:20.08.2025 - 12:58