



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SÜT TARHANASI YAPIMI (DADAY KASTAMONU)

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı

20 kg Buğday
5 kg Süt
100 gr Kuru biber (yeşil)
50 gr Tuz

Önce buğday yıkanır, kazandan kazana aktarılırken taşlar dibe otursun diye sallanır ve taşlardan arındırılır. Kalan buğday temiz bir bez üzerine serilerek Ağustos Ayı sonunda veya Eylül Ayı başında güneşte kurutulur. Toprak güveçte tüm buğday kavrulur ve değirmende pilavlık şeklinde çekilir. Çekilen bulgura geniş bir leğende yaklaşık 5 litre ılık süt eklenir. Top haline gelecek şekilde yoğrulur, sonrasında bez üzerine serilerek kurumaya bırakılır. Oda içi sıcaklığında 4 gün bekletilir. Kuruyan çorbalık toz haline getirilerek bez torbalara (10x2 cm) konarak kuru ve rutubetsiz ahşap ortamda saklanır. Kuru halde saklama koşullarında 2 yıl raf ömrüne sahiptir.