



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## TUTMAÇ (ADANA)

300 gr. haşlanmış mercimek  
8 bardak et suyu  
3 bardak un  
2 bardak yoğurt  
Su  
Pul biber  
Nane  
Katıyağ  
Tuz

Unu suyla yoğurup mantı hamuru kalınlığında açın ve karelere bölün. Mercimeği hamurların ortasına koyup bohça biçiminde yapıştırın ve güneşte kurumaya bırakın. Kuruyunca et suyunda haşlayıp, ağır ağır ve karıştırarak yoğurdu ilave edin. Tuzunu ayarlayıp, bir taşım kaynatın ve ateşten alın. Üzerine tereyağında kızdırılmış biber ve kuru naneyi gezdirin.