



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KASTAMONU ÜRYANI ERİĞİ

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı

Sadece

Kastamonu'da yetişen Üryani Eriği, özellikle sindirim sistemini düzenleyerek kabızlığa çözüm olmasının yanı sıra çok az şeker oranıyla diyabet ve obezite düşmanı olarak da haklı bir üne sahiptir.

Çölyak hastalarına da tavsiye edilen "Üryani Eriği" vücuttaki iltihabı temizleyen bir meyvedir.

Kabuğu soyularak çam tahtaların kokusunu içine çekmesine olanak verecek biçimde kurutulmuş Üryani Eriği kuru olarak tüketilebildiği gibi, suda bir süre bekletilerek elde edilen kıvamlı suyu içilerek veya kompostosu yapılarak da tüketilir.

Pelverdesi (püresi) ve pestili de yapılan üryani eriği, Kastamonu Mutfak Kültüründe hemen her öğünde yer alır.

