



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BUĞDAY YARMASI (DÖVME)

Kimi yörelerde şışı ve şışik gibi isimler olsa da biz onu "yarma" veya "dövme" olarak biliriz.

Aslında bildiğimiz buğdaydır ama gördüğü işlem ona farklı bir isim vermiştir: Sert buğday hasat edildikten sonra bir süre kaynatılır, süzldükten sonra güneşte kurutulur.

Ardından elekten geçirme işlemi gelir. Kalan buğdayların hâli yamandır! Dibeğin içinde bir güzel dövülür ya da eski taş değirmenlerde çekilerek kabuğundan sıyrılırlar.

Buğday yarması, Anadolu'da kış çorbalarının, aşurelerin ve keşkek gibi yöresel lezzetlerin vazgeçilmezidir.

---