



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

KASTAMONU LOKMASI



1 adet yumurta
1 su bardağı yoğurt
1 çay kaşığı karbonat
Çeyrek kaşığı tuz
2 su bardağı un
Kızartmak için:
1,5 su bardağı sıvıyağ
İçi için:
30 adet kuru kayısı
30 adet kayısı çekirdeği
Şerbeti için:
2 su bardağı şeker
2,5 su bardağı su
Yarım limon

- # Kayısları geçecek kadar ılık su konur. En az 2 saat bekletilir.
- # Önce şerbet hazırlanır; su ve şeker bir tencereye konur, orta ateşe yerleştirilir. Kaynamaya başlayınca kısılır, 10 dakika kaynatılır, limon suyu katılır, 10 dakika daha pişirilir. Soğumaya bırakılır.
- # Çukur bir kaba yumurta ve yoğurt konur, iyice çırpılır. Üzerine unun yarısı, tuz ve karbonat eklenir. İyice karıştırılır, kalan un eklenir, biraz daha karıştırılır.
- # Hamur normal lokma hamurundan katı, poğaça hamurundan yumuşak olmalıdır. Hamurun üzeri kapatılır, yarım saat dinlendirilir.
- # Bu arada kayıslar sudan alınır. Bıçakla arası kesilir, içine kayısı çekirdeği yerleştirilir.
- # Küçük tavaya yağ konur, derin kızartma yapılması gerekir, (az yağ harcamak için küçük tava kullanılması tavsiye edilir.) Orta ateşte kızdırmadan ısıtılır.
- # Önce eller unlanır, sonra hazırlanan kayısı hamura batırılır, yağa atılır. İki yüzü altın rengi kızartılır.
- # Lokmalar küçük bir tepsiye konur. Üzerine soğuk şerbet gezdirilir.
- # Yaklaşık 1 saat sonra ikram edilebilir.

Not: Kastamonu lokması şerbet dökmek yerine, pudra şekeri serperek de hazırlanabilir.