



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGUR ADASI TATLISI

<https://www.kotanyi.com>

1 vanilya çubuğu
1/2 çay kaşığı toz tarçın
bir tutam tuz

Varyant 1:
400 ml süt
22 g şeker
1 tsp tereyağı
100 g bulgur

Varyant 2:
550 ml süt
30 g şeker
1/2 tsp zencefil
1 tsp tereyağı
180 g Buğday

Varyant 3:
450 ml süt
22 g şeker
300 g Kuskus haşlanmış

Varyant 1 ve 2:
Sütü kaynatın, baharatları, tereyağını, tuzu, şekerini ve bulguru veya buğdayı karıştırın, yaklaşık 4 dakika kaynatın, tabana yapışmaması için sürekli karıştırın. Ardından ocağı kapatın ve kapak kapalı konumda 20 dakika demlenmeye bırakın. Sıkça karıştırın.

Varyant 3:
Sütü kaynatın, baharatları, şekerini ve kuskusu ekleyin tabana yapışmaması için sürekli karıştırın. Ardından ocağı kapatın ve kapak kapalı konumda 5 dakika demlenmeye bırakın. Kuskusu daha sonra bir çatalla karıştırın.

Not: Dövlümüş fındık, kuru üzüm, kuru kayısı veya küçük doğranmış incirle de güzel bir tada kavuşur. Demlenmesine 5 dakika kala katın ve karıştırın. Ilık olarak taze portakal dilimleri ile servis edin.