



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAFİF İNCİRLİ KREM

1 kg süt
1 su bardağı un
15 adet kuru incir
1 tatlı kaşığı tarçın
1,5 çay bardağı şeker

İncirler 1 saat önceden suya ıslatılır. Sonra ufak doğranır. Un, şeker ve süt bir tencereye konur, daha sonra orta ateşe yerleştirilir. Karıştırarak göz göz olana kadar pişirilir. Ateşten almadan hemen önce incir ve tarçın eklenir. Kaselelere paylaşılır.
