



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## YOĞURT SOSLU ARMUT (DİYET)

- 1 armut
- 125 gr süzme yoğurt
- 1 çay kaşığı bal
- 1 tatlı kaşığı iri çekilmiş fındık
- 1 çay kaşığı ince çekilmiş antepfıstığı
- 1 tutam tarçın
- 1 tutam safran
- 1 kahve fincanı su

Armutu soyup boyuna ortadan ikiye kesin. Çekirdekli kısımlarını çıkarın. İnce ince dilimleyip küçük bir tavaya alın. Safranı suda eritip armutlara ekleyin. Tarçın serpip armutlar yumuşayınca kadar pişirin. Yoğurdu bir kapta balla karıştırıp servis kâsesine alın. Armut dilimlerini yoğurdun üzerine yerleştirin. Pişme suyundan 2-3 kaşık üzerine gezdirin. Çekilmiş fındık ve antepfıstığı serpiştirip servis yapın.



Fotoğraf "torun hanım" tarafından gönderildi. 10.07.2014