



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YOĞURTLU KAYISI TATLISI

8 adet kuru kayısı
250 ml süzme yoğurt (1 su bardağı)
1/2 paket vanilyalı puding tozu
1 tatlı kaşığı portakal kabuğu rendesi
1 adet yumurta
50 gr kıyılmış badem (1/2 su bardağı)
15 gr tozşeker (1/3 su bardağı)
30 gr LUNA (2 çorba kaşığı)
Kaplari yağlamak için LUNA

Kayısları küçük küçük doğrayın. Yoğurt, kayısı, portakal kabuğu, Luna, puding tozu, yumurtayı karıştırın. Porsiyonluk ya da iki kişilik fırın kabını Luna ile yağlayın. Karışımı kaplara doldurup üzerine badem serpin, önceden 200 derece ısıtılmış fırında 20 dakika fırınlayın.

Not: Yemekten sonra tatlı servisine geçilmeden önce masa tamamen boşaltılmalıdır. Tatlı getirilen bir sofrada tuzluk ve biberlik çoktan kaldırılmış olmalıdır. Masada geniş bir yer boşalmış olacağı için tatlınızın rengine uygun masa dekorasyonları yapabilirsiniz. Örneğin kayısı tatlınız için, su ile dolu, derin olmayan yayvan bir cam kap içinde kayısı renkli çiçeklerle hoş bir masa süsü yaratabilirsiniz. Kuru kayısının bileşimi tazesinden çok farklıdır. Meyve kurutu-lurken içindeki besleyici değerler dört katına çıkar. Bu nedenle kuru kayısının hem kalorisini daha yüksek, hem de içerdiği demir oranı önemli miktardadır. Bal, pekmez ve yoğurt gibi akışkan olmayan yiyecekleri ölçtükten sonra ölçü kabında kalan kısımları sıyırmak zahmetli bir iştir. Kabi önceden yağlamak büyük kolaylık sağlayacaktır. Yağ üzerinde kolayca kayan yoğurdun tamamı kolayca dışarı çıkacaktır.



© lezzetler.com tarif no:91330 • adi:Yoğurtlu Kayısı Tatlısı • gönderen:aytoş • indirme tarihi:20.09.2024 - 22:14