



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİYET HAVUÇLU KEK

<https://migros.com.tr>

Yarım ay bardağı yağsız süt
Yarım ay bardağı dövölmüş fındık
Yarım paket kabartma tozu
Tatlı kaşığı tarçın
1 adet yumurta, 1 çay bardağı kepekli un
2 yemek kaşığı tatlandırıcı
2 adet havuç

1. Tatlandırıcı ve yumurtayı beyazlaşana kadar çırpın.
2. Sütü ekleyip ırpımayaya devam edin.
3. Tarçın, kabartma tozu ve ununu da ekleyip kek hamurunu pürüzsüz olana kadar çırpın.
4. Havuçları rendeleyip fındıkla beraber hamura karıştırın.
5. Kek kalıbını biraz yağlayıp hazırladığımız diyet kek hamurunu dökün.
6. 180 derece fırında 20-25 dk pişirin.

