



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİYET KURABIYE

- 2 su bardağı yulaf unu
- 2 yumurta
- 2 çorba kaşığı yoğurt
- 2 elma
- 1 çay bardağı kuru üzüm
- 1 çay bardağı kıyılmış ceviz
- 1 paket kabartma tozu
- 1 paket vanilya
- 4 çorba kaşığı zeytinyağı

Derin bir kabin içine yumurtaları kırın. Üzerine yoğurt ve sıvı yağı ekleyip karıştırın. Elmaları rendeleyip bu karışımın içine alın. Kuru üzümleri, cevizi ve bir miktar tarçını da ekleyip karıştırmaya devam edin. Üzerine yulaf ezmesini ya da unu ekleyin. İstenirse çavdar unu ya da kepekli un da kullanabilirsiniz. Son olarak kabartma tozu ve vanilyayı da ekleyin. Kek harcından daha koyu bir kıvam olunca yağlı kağıt serilmiş tepsiye kaşıkla dökerek sıralayın. Ellinizle de alıp gelişi güzel şekil vermeden yerleştirebilirsiniz. 200 derecede önceden ısıtılmış fırında 25 dakika kadar pişirin.