



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## EV NUTELASI

- 1 su bardağı iç yerkıstığı
- 1 kahve fincanı üzüm pekmezi
- 1 kahve fincanı sıvıyağ

Dış sert kabuğu ve iç ince kabuğu alınmış tuzsuz yer fıstıkları bir tavaya konur. Orta ateşte kendi halinde, ara ara karıştırarak açık kahverengi alana kadar kavrulur. Rondoya aktarılır. Tamamen un gibi olana kadar çekilir. Üzerine pekmez ve ayçiçek yağı konur. Karışana kadar kısa süre daha çekilir. Ekmek dilimlerine sürülür. Kalan kısım kavanoza konur, oda ısısında saklanabilir.

---