



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FINDIK NASIL TÜKETİLİR?

Doğrudan çiğ bir şekilde tüketebilirsiniz.

Kavrulmuş şekliyle de tercih edebilirsiniz. Bunun için çiğ fındıkları kendiniz fırında veya tavada kavurabilirsiniz. Birçok tatlı, çikolata, pasta, kek, kurabiye gibi yiyeceklerin yapımında veya salata, pilav, soslar ve diğer farklı yemek tariflerinde de kullanılabilir.

Kırılmış ve öğütülmüş formlarıyla tariflere, tatlılara ve dondurmalara ekleyebilirsiniz.

Fındık yağı ve fındık sosu olarak tariflerde yer verebilirsiniz.

Fındık ezmesi olarak kahvaltılarda, ara öğünlerde ve günün her anında sade veya ekmek üstü olarak keyifle tüketebilirsiniz.

