



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YERFISTIĞI EZMESİ

300 gr tuzsuz yer fıstığı
2-3 yemek kaşığı şeker
2-3 yemek kaşığı ayçiçek yağı
Bir tutam tuz

Fıstıkların kabuklarını soyup fırın tepsisine yayın ve 200 dereceye ayarlanmış fırında rengi hafif koyulaşmaya kadar arada karıştırarak bekletin. Tepsiyi fırından çıkartıp oda sıcaklığında soğumaya bırakın. Soğuyan fıstıkları mutfak robotuna alıp tuz serpiştirerek birkaç dakika çekin. Şeker ve azar azar yağı ekleyerek 10 dakika daha karıştırın.
