



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HAVUÇLU FISTIKLI SUFLE

<https://migros.com.tr>

3 adet havuç
1/2 bardak süt
3 adet yumurta
1 paket tuzlu kraker
1 bardak taze kaşar
50 gr. fıstık
Tuz
Karabiber

1. Havuçları 1 bardak suda haşlayın.
2. Blenderda püre haline getirin.
3. Tuzlu krakeri de blenderdan geçirin, un haline gelsin.
4. Yumurtaların sarı ve beyazlarını ayırıp beyazlarını kar haline getirin.
5. Havuç püresi, un haline gelmiş kraker, kaşar rendesi ve sütü, baharatları da ekleyerek karıştırın.
6. Yumurta sarısını da katın. Hepsini karıştırdığında beyazları kaşık kaşık ekleyip yavaş yavaş yedirin.
7. Servis edeceğiniz kaplara koyun ve üzerine fıstıkları serpin.
8. Fırını 185 dereceye ayarlayın.
9. Tepsiyeye su doldurun ve sufileleri tepsiye yerleştirin. 20-25 dakika pişirin.

