



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## HURMALI FISTIK EZMESİ

1 kase tuzsuz yer fıstığı  
10 adet hurma  
1 ay kaşığı tuz  
1 kahve fincanı su

Yer fıstıklarının ince kabukları alınır ve tavaya atılır. İlavesiz olarak hafif renk alana kadar kavrulur. Sonra rondooya aktarılır. İnce kıvam alana kadar çekilir. Tuz, su ve çekirdekleri alınmış hurma ilave edilir. Macun kıvamına gelene kadar biraz daha çekilir. Ekmek dilimlerine sürölür.

---