



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HURMALI FİT KURABIYE

<https://naturelkaseyirdefteri.com/>

- 1 yumurta
- 1/2 çay bardağı süt
- 4 kařık tam Naturelka kinoa unu
- 1 paket kabartma tozu
- 4 tane küçük hurma (Normal hurmadan 2-3 gibi)
- 1 tatlı kaşığı kakao
- 1 tatlı kaşığı Naturelka keçiboynuzu unu
- 1 tatlı kaşığı stevia yada 1 yemek kaşığı bal
- 1 tatlı kaşığı hindistancevizi yağı (olmasa da olur)

Hurmaları suda yarım saat belettikten sonra rondoda pre haline getirip üstüne diğerkm malzemeleri ekleyin. Yağlı kağıt serilmiş tepsiye kaşıkla istediğiniz boyutta dkn önceden ısıtılmış 180 derecelik fırında 10-12 dk pişirin.

