



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İNCİR UYUTMASI

15 adet kuru incir (yaklaşık 175 gr.)

3 bardak süt (bardak 200 ml.lik)

Önce incirler yıkanır ve kaynar suda 5-6 dakika yumuşamaları için bekletilir. Ben incirler minik olduğu için adetini fazla kullandım, siz gramajını önemseyin.

Sonra incirleri minik minik doğruyoruz. Bu arada orta boy bir tencereye 3 bardak sütü boşaltıp ısıtıyoruz.

Süt kaynamayacak fakat ısısı parmağımızı yakar sıcaklıkta olacak. Aynı yoğurt mayalamadaki sıcaklık gibi.

Ocağı kapatıp, incirlerin az sıvıda daha kolay ezileceğinden tenceredeki süttten bir kaseye yarıdan fazlasını boşaltıyoruz ve doğradığımız incirleri tenceredeki kalan süte atıp blender ile ezıyoruz. Sonrasında kasedeki sütü de ekleyip karıştırıyoruz.

Ben hiç şeker kullanmadım. Ama bu tadı yetersiz bulanlar 1 yemek kaşığı bal ya da pekmez ilave edebilir.

Artık kadehlere aktarabiliriz. Üstlerini streç kağıt ile kaplayıp bir de mutfak havlusu ile örtüyoruz. İncir uyutması ismi de buradan geliyor. Böylece 1-2 saat oda ısısında dinleniyor. Daha sonra buzdolabında muhafaza edilir.

Üzeri istenirse incir, ceviz, tarçın, nane ile süslenir.

