



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNCİR UYUTMASI

6 adet kuru incir
2 su bardağı süt

İncirleri sıcak suda 15-20 dakika bekletin.
Sütü yoğurt mayalama sıcaklığına gelene kadar ısıtın. (Yaklaşık 3 dakika)
İncirleri küp küp doğrayıp süte ekleyin ve daha sonra blender yardımıyla iyice ezin.
Porsiyonlara bölüştürüp üzerini fincan altlığı ve bezle iyice örtüp 2 saat bekletin.
Üzerini açıp buzdolabına alın ve soğuyunca tüketin.

