



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAKAOLU YER FISTIĞI EZMESİ

2 yemek kaşığı kakao
200 gr. yer fıstığı
2 yemek kaşığı bal
2 yemek kaşığı fındık yağı
1/2 (yarım) çay kaşığı tuz

Yer fıstıklarını rondoda iki-üç dakika çekin. Bal, fındık yağı, kakao ve tuzu ekleyin, beş dakika daha çekin. Mutfak robotunuz ısındığında işlemi durdurun. Beşon dakika bekleyin, tekrar beş dakika daha çekin. Ne kadar çok rondoda karıştırırsanız o kadar çok fıstığın yağı ortaya çıkar ve malzemeler birbirine karışır. Sürülebilir bir kıvam alana kadar bu çekme ve durdurma işlemlerine devam edin. Fıstık ezmenizi temiz bir kavanoza ya da kapaklı bir kaseye koyun. Buzdolabında muhafaza edin.