



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAKAOLU YULAF LI PUDİNG

- 1 su bardağı süt (150 ml süt, 50 ml su şeklinde kullanın)
- 1 tatlı kaşığı bal
- 2 kare bitter çikolata
- 1 adet muz
- 1 yemek kaşığı glütensiz yulaf unu

Muzdan pudingin üzerini süslemek için 2-3 dilim kesin, kalanını çatala iyice ezin. Ezilmiş muz u süt ve yulaf ile beraber bir tencereye alın ve kısık ateşte pişirin. Piştikten sonra bal ve 2 kare bitter çikolatayı ekleyin. Karışımı bir kaseye alın buzdolabına koyun. 1-2 saat sonra puding kıvamı alacaktır. Üzerini ayırdığınız muz dilimleri ya da çilek ile süsleyerek tüketebilirsiniz.

