



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KURU MEYVELİ BAR

<https://nelazimsa.carrefoursa.com>

2 su bardağı yulaf ezmesi

1 su bardağı karışık kuru meyve (kuru üzüm, küp küp doğranmış kuru kayısı ve kuru incir)

1 çay bardağı karışık tuzsuz kuruyemiş (fındık, badem, fıstık)

½ su bardağı bal

½ çay bardağı üzüm pekmezi

1 yemek kaşığı fındık ezmesi

50 gr tereyağı

Oda ısısında beklettiğiniz yumuşamış tereyağını, bal, pekmez ve fındık ezmesini karıştırın. Kuru meyve, iri parçalanmış kuruyemiş ve yulafı da ekleyip karıştırın. Karışımı pişirme kağıdı serilmiş fırın tepsisine bir parmak kalınlığında yayın ve 150 derecede 30 dakika pişirin. Fırından çıkarıp istediğiniz şekilde kesin ve 10 dakika daha pişirin. Fırından çıkardığınızda henüz yumuşak olan barları aynı kesiklerden ayırın ve soğumasını bekleyin. Soğudukça sertleşen kuru meyveli barları buzdolabında kapalı bir kaptaki 10 gün muhafaza edebilirsiniz.