



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## MEYVELİ ROKETLER

Nestle Tarifli Boyama Kitabı

- 3 yumurta (150 g)
- 1/2 çay kaşığı (0,5 g) tarçın
- 1/2 su bardağı (100 ml) süt
- 1/2 çay kaşığı (1 g) vanilin
- 4 adet (120 g) tam tahıllı ekmek dilimi, 2,5 cm kalınlığında bir gün bekletilmiş
- 3 adet (165 g) orta boy muz
- 18 adet (200 g) çilek, yıkanmış, taze
- 3/4 su bardağı (185 g) yoğurt, az yağlı
- 1/2 su bardağı bal (45 g)
- 1 yemek kaşığı (10 ml) bitkisel yağ
- 12 çöp şiş

Yumurtaları ve tarçını bir kasede karıştırın ve yavaşça süt ve vanilin ekleyin. Pürüzsüz hale gelene kadar çırpın  
Bitkisel yağı, kızgın tavanın veya düz ızgara yüzeyinin üzerine fırçayla sürün  
Her bir ekmek dilimini yumurta karışımına batırın ve fazlalıkların akmasını bekleyin. Ekmeği sıcak tavaya yerleştirerek her iki yüzeyini de altın sarısı rengine gelene kadar pişirin  
Pişirdiğiniz ekmekleri kesme tahtasına alın ve 3 x 3 = 9 kare olacak şekilde kesin  
Muzları da ekmek kareleriyle aynı boyutta dilimleyin Her bir çöp şişe sırasıyla pişmiş ekmeği, ardından muz ve çileği takın ve bu sırayla dizin. Üzerinden bal gezdirin.  
İsterseniz yoğurtla veya diğer meyvelerle servis edin.