



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEFTALİLİ MİNİK SUFLELER

300 gram şeftali
150 gram (3/5 su bardağı) tozşeker
4 yumurta
3 çorbakaşığı pudra şekeri
Yarım litre (2 su bardağı) süt
40 gram mısır nişastası
Margarin ya da tereyağı
Birkaç adet nane yaprağı

Yıkayıp soyulmuş şeftalileri ikiye bölüp bir kaba koyun. Aynı kaba 1 dl. (1/5 su bardağı) su ve 50 gram (3 çorba kaşığından biraz fazla) tozşeker ilave edip şurubu hazırlayın. Şeftaliler bu şurupta yumuşayınca kadar, orta derecedeki ateşte pişirin. Süzüp mikserden geçirin ve yaklaşık 3-4 dakika kadar yeterince harlı ateşte bırakın. 4 yumurtadan 3 tanesinin sarılarını aklarından ayırın. Bir bütün yumurtayı kalan tozşekerle çırpın. Mısır nişastasını, azar azar sıcak sütü karıştırarak çok kısık ateşte pişirin. Kremayı ateşten indirdikten sonra şeftali püresini ekleyip ılıtın. İki yumurta sarısını, hızlıca karıştırarak ekleyin. Bir tutam tuz ve 2 çorbakaşığı pudra şekeriyle birlikte 3 yumurtanın akını katı bir kar haline alana kadar çırpın. Bu karışımı soğumuş şeftalili karışıma ekleyin. Yağlayıp her tarafını pudra şekerine buladığınız sıcaklığa dayanıklı 4 adet sufle kâsesine, bu karışımı paylaşın.

Sufleleri, önceden ısıttığınız 180 derecelik fırında 12-15 dakika tutarak iyice kabarmalarını sağlayın. Fırından alıp üstüne, kalan 1 çorbakaşığı pudra şekerini serpin, isteğe göre şeftali dilimleri ve nane yapraklarıyla süsledikten sonra servis yapın.