



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SÜTLİKA

250 gr yeşil karadeniz kabağı
1 su bardağı su
Yarım kg süt
1 su bardağı toz şeker

Kabağın kabuklarını soyun ve kare şeklinde doğrayın. 1 su bardağı suyla birlikte haşlayın. Tahta bir kaşığı tersiyle iyice ezin. İçine sütü azar azar ilave ederek karıştırın. Süt ve kabak özleşinceye kadar karıştırarak pişirmeye devam edin. Şekeri ilave edin ve 2-3 dakika daha pişirin. Üzeri göz göz olunca ocağın altını kapatın. İliyinca, küçük kaselere pay edin. 1-2 saat buzdolabında bekletip, soğuk servis yapın.
