



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAHİL ÇUBUKLARI

www.vzug.com

300 g yulaf ezmesi
100 g ayçekirdeği
100 g fındık, iri doğranmış
75 g susam
75 g keten tohumu
150 g kayısı, kurutulmuş
70 g yaban mersini, kurutulmuş
70 g incir, kurutulmuş
70 g ananas, kurutulmuş
70 g mango, kurutulmuş
200 g toz şeker
175 g tereyağı
85 g bal

Yulaf ezmesini, çekirdekleri, fındıkları ve tohumları pişirme kağıdı kaplı fırın tepsisine eşit şekilde dağıtın. Fırın tepsisini ısıtılmış fırına sürün. Kavurun. İyice soğumaya bırakın.

Kuruyemişleri yaklaşık ½ cm büyüklüğünde parçalara ayırın ve kavrulmuş malzemelerle karıştırın. Ham şeker ve tereyağını birlikte kaynatın, ocaktan alın ve bal ekleyin. Ham şeker çözülene kadar karıştırın. Bu karışımı diğer malzemelere dökün ve hemen kepçeyle karıştırın.

Karışımı pişirme kağıdı kaplı fırın tepsisine eşit olarak dağıtın ve üstünü bir pişirme kağıdıyla kapatın. İkinci bir tepsiyle, düz ve eşit bir yüzey (yakl. 7 mm kalınlığında) oluşana kadar güçlü bir şekilde bastırın. Üstteki pişirme kağıdını çıkarın. Tepsiyi halen sıcak olan fırına koyun. Fırınlayın.

Fırınlama sonrasında karışımı, yukarıda açıklandığı şekilde tekrar bastırın ve oda sıcaklığında soğumaya bırakın. Kesmeden önce buzdolabında 2-3 saat bekletin. Kesmek için tepside çıkarın ve eşit çubuklar halinde kesin.

Not: Çekirdek, fındık, tohum ve kuruyemişler aynı miktarda diğerleriyle değiştirilebilir.

