



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

UNSUZ ŞEKERSİZ KAKAOLU KEK

3 muz
1 yemek kaşığı bal
4 yumurta
1 tatlı kaşığı kakao
1/2 çay kaşığı karbonat
1/2 çay kaşığı tuz
1/2 çay kaşığı tarçın
Üzeri için:
File fındık

Muzları çatal yardımı ile püre haline getirin. Üzerine bal ekleyip karıştırın. Ayrı bir kaptaki yumurtaları çırpıp, muz püresinin üzerine ekleyin ve iyice karıştırın. Kakao, karbonat, tuz ve tarçını ekleyip tahta kaşık yardımıyla tekrar karıştırın. Karışımı yağlanmış kek kalıbına alın. Önceden ısıtılmış 200 derece fırında 25-30 dakika pişirin. File fındık ile süsleyip ılık servis yapın.

