



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YULAF LI VE KURUYEMİŞ LI BAR

Elif Korkmazel

- 1 adet büyük boy muz
- 3 adet kuru incir
- 5 adet kuru kayısı
- 2 çorba kaşığı kuruüzüm
- 1' er çay bardağı çiğ fındık, kaju, ceviz, badem ve antepfıstığı
- 1 su bardağı yulaf ezmesi
- 2 çorba kaşığı fıstık ezmesi
- 1 çorba kaşığı susam
- Üzerine:
Ceviz

Muzu derin bir kapt a çatalla ezin. İçine elinizle küçük parçalara ayırdığınız kuru incir, kuru kayısı ve kuşüzümü ekleyin. Muzla beraber iyice ezdikten sonra iri kıyılmış kuru yemişleri ekleyin. En son yulaf ve fıstık ezmesi ile susam katıp tüm malzemeyi karıştırın. Yağlı kağıt serilmiş 25x15 cm ebadındaki fırın tepsisine bir parmak kalınlığında yayın. Üzerine bütün cevizleri yerleştirin. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında üzeri kızarana kadar pişirin. Fırından çıkarıp ılıtın ve dilimleyerek servis yapın.

