



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

İNCİRLEME



12 Adet kuru incir
3/4 Su bardağı ceviz içi
Yarım su bardağı toz şeker
Yarım su bardağı süt

- # Kuru incirler yıkanır, yarım bardak soğuk suda akşamdan ıslatılır.
- # Ertesi günü yumuşayan incirlerin ortasından bıçakla kesilir, kesilen kısma iri dövülmüş ceviz doldurulur.
- # Doldurulan incirlerin baş kısmı üste gelecek şekilde, tek sıra halinde tencereye dizilir.
- # İncirlerin üzerine toz şeker serpilir.
- # Toz şekerin üzerine de süt gezdirilir.
- # Tencerenin kapağı kapatılır, ocak çok kısık ateşe alınır. Kapağı hiç açılmadan 45 dakika pişirilir.
- # Ocak söndürüldükten yarım saat sonra tencerenin kapağı açılır.
- # İncirlerin baş kısımları kesilir, servis tabağına alınır.

Not: İncirleme süt yerine, aynı miktar su kullanılarak da hazırlanabilir.