Yoğurtlu Yulaf ve Meyve Kasesi

Süre: 10 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 10 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 0 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 2 kişilik

Malzemeler:

- 2 su bardağı yoğurt
- 6 yemek kaşığı yulaf ezmesi
- 1 elma
- 1 armut
- 1 yemek kaşığı chia tohumu
- 2 yemek kaşığı ceviz
- 1 tatlı kaşığı bal
- 1/2 çay kaşığı tarçın

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Gluten içeren tahıllar, süt ve süt ürünleri, sert kabuklu yemişler.

Ön Hazırlık:

Sebze, yeşillik ve tahılları yıkadıktan sonra iyice süzün. Ölçüleri hazırlayıp sosu ayrı kapta karıştırmak daha dengeli kıvam ve tat sağlar.

Servis Önerisi:

Kahvaltıda veya ara öğünde taze olarak servis edin.

Yapılışı:

1. Yoğurdu hazırlayın:

- Yoğurdu bal ve tarçınla pürüzsüzleştirin.
- Hamuru pürüzsüzleşene kadar yoğurun; ele hafif yapışan yumuşak kıvamı koruyun ve üzerini örterek cereyansız yerde dinlendirin.

2. Meyveleri kesin:

- Elma ve armudu kabuklarıyla küçük küpler halinde doğrayın.

Kiraz'ın Mutfağı

- Sebzelerin rengini ve diri dokusunu korumak için gereğinden uzun işlem uygulamayın.

3. Kaseleri kurun:

- Yoğurdu kaselere bölüp yulaf ve meyveleri üzerine yerleştirin.
- Hamuru pürüzsüzleşene kadar yoğurun; ele hafif yapışan yumuşak kıvamı koruyun ve üzerini örterek cereyansız yerde dinlendirin.

4. Tamamlayın:

- Chia tohumu ve cevizi ekleyerek hemen servis edin.
- Yemeği servis etmeden önce birkaç dakika dinlendirin ve son dokunuşları bu aşamada ekleyin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Tarifte verilen süre yol göstericidir; kullanılan ocak, tava ve fırına göre birkaç dakika değişebilir. Renk, kıvam ve iç dokuyu birlikte kontrol ederek pişirmeyi tamamlayın.

>> **İpucu:** Meyvelerin kararmaması için doğradıktan hemen sonra kaselere ekleyin.

Kiraz'ın Mutfağı