

Fıstık Ezmeli Muzlu Yulaf Tostu

Süre: 18 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 10 dakika
>> **Pişirme Süresi:** 8 dakika
>> **Kaç Kişilik:** 2 kişilik

Malzemeler:

- 4 dilim tam buğday ekmeği
- 1 olgun muz
- 3 yemek kaşığı fıstık ezmesi
- 4 yemek kaşığı yulaf ezmesi
- 1 çay kaşığı tarçın
- 1 tatlı kaşığı tereyağı

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Gluten içeren tahıllar, yer fıstığı ve süt ürünleri.

Ön Hazırlık:

Muzu soyup ince, eşit dilimleyin. Yulaf ezmesini tarçınla karıştırın; ekmekleri ve fıstık ezmesini iki tost için eşit paylaştırın. Tostları hazırlarken kullanmak üzere yapışmaz tavayı orta-kısık ateşte ısıtın.

Servis Önerisi:

Tostları tavadan alır almaz çapraz kesin ve ılık servis edin. Muz bekledikçe yumuşayıp ekmeği ıslatabileceğinden hazırladıktan sonra uzun süre bekletmeyin.

Yapılışı:

1. Tarçınlı yulafı hazırlayın:

- Yulaf ezmesini tarçınla karıştırın. İsterseniz yapışmaz tavada yağ eklemeden 1–2 dakika, kokusu çıkıp hafifçe renk alana kadar çevirin; tabağa alıp soğutun.
- Yulafı tavada başıboş bırakmayın; ince taneler hızlı kavrulur ve acılaşabilir.

2. Ekmekleri doldurun:

Kiraz'ın Mutfağı

- Dört ekmek diliminin iç yüzlerine fıstık ezmesini ince tabaka halinde sürün. Muz dilimlerini iki dilime tek sıra dizin, tarçınlı yulafı üzerlerine eşitçe paylaştırın ve kalan ekmeklerle kapatın.
- Dolguyu kenarlara kadar taşırmayın; tost kapanınca dışarı çıkıp tavada yanmasını önlersiniz.

3. Dış yüzeyleri yağlayın:

- Tereyağını dört dilimin dış yüzeyine çok ince sürün. Tost makinesi kullanacaksanız plakaları hafifçe yağlayın; tavada pişireceksenız ekmekleri yağlı yüzleri tavaya gelecek şekilde yerleştirin.
- Bir tatlı kaşığı tereyağını iki tost arasında paylaştırmak yeterlidir; tavada fazlası ekmeği kızartmak yerine yağlandırabilir.

4. Tostları kızartın:

- Tostları orta-kısık ateşte her yüzünü yaklaşık 3 dakika, ekmekler renk alana kadar pişirin. Spatulayla hafifçe bastırın; iç harcın dışarı taşacağı kadar sıkıştırmayın.
- Ateş yüksek olursa ekmek yanarken muz ve fıstık ezmesi yeterince ısınmayabilir. Gerekirse ısıyı düşürüp birer dakika daha pişirin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Ekmeğin iki yüzü de altın rengi ve kuru-çıtır olmalı; içteki fıstık ezmesi yumuşamalı, fakat kenarlardan akıp tavada yanmamalıdır. Muz dilimleri ezilmeden ısınmış, yulaf ise hafif kavruk kalmalıdır.

Saklama:

Bu tost en iyi piştikten hemen sonra yenir. Önceden hazırlamak gerekiyorsa ekmek, muzlu iç ve tarçınlı yulafı ayrı tutup pişirmeden hemen önce birleştirin; böylece ekmek nemlenmez.

>> **İpucu:** Muzu ince dilimlemek tostun kapanmasını ve içinin eşit ısınmasını kolaylaştırır.

Kiraz'ın Mutfağı