



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

PORTAKALLI SÜTLAÇ



1  ay bardağı pirinç
2 su bardağı portakal suyu
2 su bardağı süt
1,5 su bardağı toz  eker
1  ay bardağı buğday nişastası
Yarım  ay kaşığı tuz
 zeri için;
1 avuç d v lm   ceviz

- # Pirinç ayıklanır, yıkanır, küçük bir tencereye aktarılır, üzerine iki su bardağı su eklenir, çok kısık ateşte suyu tamamen çekene kadar pişirilir.
- # Tencereye soğuk süt, portakal suyu, nişasta, toz  eker, tuz ve haşlanmış pirinç konur, ateşe koymadan önce nişasta eriyene kadar karıştırılır.
- # Daha sonra tencere orta ateşe yerleştirilir, sürekli karıştırarak göz göz olana kadar pişirilir.
- # Kaseler hafifçe ıslatılır. Pi irilen sütlaç kaseler payla tırılır, buzdolabında bir gece bekletilir, ertesı günü servis tabağına ters çevrilir.
- # D v lm   cevizle süslenerek servise sunulur.

Not: Portakal suyu yerine aynı miktarda farklı meyve suları kullanılarak da bu sütlaç hazırlanabilir.