



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

MUZLU GÜLLAÇ



8 adet glla yaprađı
içi için:
4 adet muz
Yarım su bardağı pudra ekeri
erbeti için:
5 su bardađı süt
2,5 su bardađı toz eker
zeri için:
Yarım ay bardağı dvlm badem

- # Süt ve eker bir tencereye konur. Orta ateşte kaynatmadan ısıtılır.
- # Muzlar soyulur, üzerine pudra ekeri eklenir, çatalla ezilerek pre yapılır.
- # İlk glla yaprağı bir tepsiye konur. zerine sıcak sütlü erbetten birkaç kee gezdirilir.
- # Daha sonra yumuamı glla yaprağı ortadan ikiye katlanır.
- # Uzun kenarına yeteri kadar muz püresi bırakılır. nce rulo yapılır, sonra kendi etrafında döndürerek sarılır.
- # Bütün glla yaprakları aynı şekilde hazırlanır. (Süt yumuatmamaya balarsa yeniden ısıtılabilir.)
- # Gllalar bir fırın tepsisine dizilir. zerine kalan erbet gezdirilir.
- # Buzdolabında 2 saat dinlendirildikten sonra bademle süslenerek servise sunulur.

Not: Muz kısa sürede kararan bir meyvedir. Rengini korumak için limon kullanılmaması tavsiye edilir. Limon tatlının tadını bozabilir.