



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Müttevazi Lezzetler® Kochrezepte

---

## Sup (Milchdessert)

Sup



3 Gläser Milch  
3 EL Mehl  
1 Ei  
1 Glas Zucker  
2,5 EL Kakao  
6 kleine Kuchenteile oder Kekse  
½ Pkg Vanille

- # Eiweiß und Eigelb voneinander trennen.
- # In einen Topf Eigelb, kalte Milch, Mehl, Kakao und Zucker geben und mit einem Schneebesen schlagen bis eine geschmeidige Masse entsteht.
- # Diese Mischung bei mittlerer Hitze unter Umrühren köcheln lassen bis es an Konsistenz gewinnt.
- # Sobald Sup gekocht ist ein wenig Salz und schneeweiß geschlagenes Eiweiß mit ein paar Löffel Sup verflüssigen und dann in den Topf umfüllen. Vom Herd nehmen, Vanillezucker hinzugeben und gut umrühren.
- # Auf den Boden der Schalen Kekse legen und mit heißer Sup übergießen.
- # Im Kühlschrank abkühlen lassen und anschließend vor dem Servieren mit Kokosraspeln verzieren und servieren.

**Tipp:** Wenn diese Süßspeise ohne Kekse zubereitet wird nennt man es "Tafelkreme"