

Karamelize Muzlu Darı Püresi

toplam süre **25 dak.** 5 dak. hazırlık süresi 20 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.778 kJ / 664 kcal

Yağ: **27,9 gr** Protein: **15 gr**
Karbonhidrat: **86,4 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

120 gr darı (pişirmeden önce tartın)
200 ml Hindistan cevizi sütü
1 yemek kaşığı akçaağaç şurubu
Üstüne
2 adet muz
2 yemek kaşığı akçaağaç şurubu
1 tatlı kaşığı Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı
1 yemek kaşığı Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
1 tatlı kaşığı kakao
1 yemek kaşığı antep fıstığı içi

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Önce darıyı soğuk suda yıkayın, sonra kaynayan suda haşlayarak ağartın. Akabinde darıyı bir tencereye alın, üzerine darının iki katı kadar su ekleyin ve kaynatın. Kısık ateşte ve ağzı kapalı bir şekilde yaklaşık 12 dakika pişirmeye devam edin. Darının bütün suyu çekmesi gerekiyor.

Adım 2

Akçaağaç şurubunu ve Hindistan cevizi sütünü ekleyin ve karıştırın. Ağızını kapattığınız püreyi 5 dakika kadar bekletin.

Adım 3

Muzları uzunlamasına dilimleyin.

Adım 4

Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağını, Kikkoman Doğal Fermente Soya Sosunu ve akçaağaç şerbetini bir kızartma tavasında ısıtın. Dilimlediğiniz muzların iki tarafını da bu karışımda karamelize edin.

Adım 5

Darı püresini kaselere dökün ve üzerine muzları ekleyin. Son olarak kaselerin üzerine kakao ve antep fıstığını serpin. Sevdiğiniz başka fıstıkları da kullanabilirsiniz. Afiyet olsun.