

Yaban Mersinli ve Hurma Karamelli Yulaf Pudingi

toplam süre **40 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 30 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.615 kJ / 625 kcal

Yağ: **19,5 gr** Protein: **19,3 gr**
Karbonhidrat: **100,2 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

100 gr	yulaf ezmesi
200 ml	badem sütü
2	yumurta
1 yemek kaşığı	bal
0,25 tatlı kaşığı	kanola yağı (kalıbı yağlamak için)
0,5 fincan	donmuş yaban mersini
Hurma karameli için:	
120 gr	taze, çekirdekleri çıkarılmış hurma
50 ml	sıcak su
1 yemek kaşığı	fıstık ezmesi
0,5 tatlı kaşığı	kakao
1 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Fırını önceden 190 dereceye ısıtın.

Adım 2

Badem sütünü bir tencerede ısıtın. Sonrasında yulafı ekleyin ve ara ara karıştırarak 5-7 dakika kadar pişirin.

Adım 3

Yumurtaların sarısıyla beyazını ayırın. Sarılarını bal ile karıştırın, beyazını ise sertleşene kadar çırpın. Hazırladığınız yumurta sarısını yulaf ile karıştırın, sonrasında çırpılmış yumurta akını da ekleyin ve iyice malzemeler iyice karışana kadar yavaşça karıştırın.

Adım 4

18 cm çapında bir fırın kasesini yağlayın ve hazırladığınız yulaf karışımını kaseye dökün. Yaban mersinini üzerine ekleyin. Bu aşamada, arzu ettiğiniz başka donmuş meyveleri ya da reçelleri de kullanabilirsiniz. Kaseyi önceden ısıttığınız fırına yerleştirin ve 30 dakika kadar pişirin.

Adım 5

Pudinginiz pişerken siz de karameli hazırlayın. Sıcak suyu kakao ile karıştırın, hurmaları içine atın ve 5 dakika kadar bekletin. Beklemenin sonunda hurmalara fıstık ezmesini ve Kikkoman Doğal Fermente Soya Sosunu ekleyin. Blender yardımıyla

iyice karıştırın ve macun haline getirin.

Adım 6

Pişen pudingi hurma karameli ile beraber servis edin. Afiyet olsun.