

Mapishi mazuri ya Uji wa ulezi

By SW - Melkisedeck Shine · January 2, 2023

Dondoo za Mapishi na Lishe · Upishi na Maandalizi ya Milo yenye Afya · #Karibu AckySHINE

Mahitaji

Unga wa ulezi (millet flour vijiko 3 vya chakula) Maziwa fresh (milk 1/2 kikombe)
Sukari (sugar 1/4 ya kikombe cha chai) Siagi (butter kijiko 1 cha chakula) Maji
(vikombe 4 vya chai) (serving ya watu wawili)

Matayarisho

Chemsha maji ya uji, Kisha koroga unga na maji ya baridi kiasi na uchanganye kwenye maji ya moto yanayochemka. Endelea kukoroga mpaka uchemke ili kuhakikisha uji haupatwi na madonge. Ukishachemka tia, maziwa, sukari na butter. Kisha acha uchemke kwa muda wa dakika 10 na hapo uji utakuwa tayari.

Printable AckySHINE Article · <https://ackyshine.com/post.php?post=24704>