



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

BULGURLU ŞEFTALİ PELTESİ

1 su bardağı pilavlık bulgur
1 su bardağı şeker
2 adet şeftali
1 paket vanilya
1 litre su

Pilavlık bulgur, şeklini kaybedene kadar suda haşlanır. Blenderden geçirilerek püre haline getirilir. Üzerine su şeker ilave edilir. Bir taşım kaynatılır. Soyulmuş,ince doğranmış şeftali ve vanilya katılır. Bir tık daha pişirilir. Kaselele paylaşılır. Serin olarak ikram edilir.