



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİYET KOLAY MEYVE

Refika Birgöl

2 adet Portakal
2 çorba kaşığı Pudra Şekeri
2 çorba kaşığı Portakal Çiçeği Suyu
Çeyrek adet Nar

2 adet portakalın kabuklarını soyun. Soyarken, beyaz kısımlarını da temizleyin ki tatlıya acılığı geçmesin. Yarım santim kalınlığında dilimlere bölün ve tabağa yerleştirin. Portakalın rengi ile uyumundan dolayı siyah tabakta sunumu hazırlamanızı tavsiye ederim. Üstüne 2 çorba kaşığı pudra şekeri ve yaklaşık 2 çorba kaşığı portakal çiçeği suyunu serpip buzlukta bir saat bekletin. Böylece çiçek suyu ve şeker tatları portakal dilimlerine daha da iyi geçecek. Çeyrek narı temizleyin ve tanelerini üzerine serpin.

