



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEYVE SALATASI

Malzemeler

2 şer adet elma, portakal, muz, armut, kivi,çilek

1 su bardağı konsantre şeftali yada kayısı suyu

1 yemek kaşığı tozşeker

1/2 çay bardağı limon suyu.

Kişi başına yarımşar adet olmak üzere evde bulunan mevsim meyvelerini soyarak fındık büyüklüğünde doğrayın. Yani dört kişi için iki elma, iki portakal, iki muz vs... Hepsini yarım çay bardağı limon suyu içinde karıştırın Üzerine bir kaşık toz şeker eklediğiniz su bardağı dolusu konsantre kayısı yada şeftali suyunu gezdirin. Buzdolabında bir saat kadar bekletin. Ayaklı kaselere bölerek servis yapın. Servis yaparken üzerine isteğe bağlı dövülmüş ceviz veya fındık ekleyebilirsiniz.
