



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMA TATLISI

4 adet elma,
1 paket vanilya,
4 su bardağı su,
istediğiniz miktarda şeker

Ön hazırlık olarak elmaların kabuklarını soyun. Bir kaşık yardımıyla içlerini çıkarın. 4 su bardağı suya istediğiniz miktarda diyet şekeri ekleyin. Kabuklarını soyduğunuz elmaları şekerli suyun içine atın. Ağız ateşte dağılmadan yumuşayınca kadar pişirin. Daha sonra elmaları küçük bir tepsiye dizin. Çıkardığınız içleri elmaların içine doldurun. Üzerine bir paket vanilya serpin. Elmaların piştiği sudan bir miktar tepsiye dökün. Önceden ısıtılmış 180 dereceli fırında 30 dakika pişirin. Soğuduktan sonra servis yapın.