



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BADEM PELTESİ

1 su bardağı iç badem
4 su bardağı su
1 su bardağı toz şeker
4 tatlı kaşığı buğday nişastası

Bademler kaynar suda 3-5 dakika bekletilir ve iç kabukları çekerek çıkarılır. Rndoda un haline gelene kadar çekilir. Tencereye soğuk su, hazırlanan badem, nişasta ve toz şeker bırakılır. Orta ateşe yerleştirilir. Sürekli karıştırarak göz göz olana kadar pişirilir. Kaselere üleştirilir. Soğuk olarak servise sunulur.
