



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

DOĞAL MEYVELİ JÖLE

1 adet kivi
1 adet muz
1 adet portakal
1 adet elma
Yarım su bardağı şeker
3 çorba kaşığı buğday nişastası
3 su bardağı su

Meyvalar ufak doğranır bir kenara konur. Su, şeker ve nişasta soğuk olalar karıştırılır. Sonra meyveler eklenir. Orta ateşte ara sıra karıştırarak kıvam alana kadar pişirilir. Kaselele konur.