



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ELMA SOSLU HAVUÇ

[Sahrap Soysal](#)

1 su bardağı elma suyu
1.5 çay kaşığı mısır unu
500 gr bebe havuç
1 yemek kaşığı tereyağı yada margarin
1 çay kaşığı bal
¼ çay kaşığı tuz

Bir kasede mısır unu ile elma suyunu topak kalmayana kadar karıştırın.
Kaynayan bir suda havuçları 10 dakika hafif yumuşayana kadar haşlayın ve süzün.
Bir tencereye havuçları koyup üzerine tereyağı, bal ve tuzu ekleyin. Son olarak mısır unu ile karıştırdığınız elma suyunu ekleyip, arada karıştırarak 5 dakika pişirin.