



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI DİYET TOPLARI

2 elma
6 kepekli çubuk kraker
3 ceviz içi
1 çay kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı bal
Üzeri için:
1 tatlı kaşığı hindistancevizi

Elmaları rendeleyin.
Bir tencereye alıp üzerine 1 fincan su ekleyin ve 5 dakika boyunca pişirin.
Kraker ve cevizi ezerek un haline getirin.
Elma püresi soğuduktan sonra içerisine unlu karışımı ekleyin.
Bir tatlı kaşığı yardımı ile toplar oluşturun.
Topları hindistancevizine batırın.

