



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI PANCAR SUYU

3 adet kırmızı elma
4 adet kırmızı pancar
1 adet havuç
2 adet limonun suyu
2 çorba kaşığı esmerşeker
Yarım çay kaşığı toz zencefil
Bardakların ağız kısmını batırmak için:
Limon
Esmer şeker

Elma, pancar ve havucu bol suyla yıkayıp süzün. Elmanın çekirdek ve sap kısımlarını alın. Pancar ve havucun kabuklarını soyup, irice doğrayın. Elma, pancar ve havucu katı meyve sıkacağından geçirip suyunu çıkarın. İçine limon suyu, esmerşeker ve zencefil katıp, karıştırın. Derince bir kaba esmerşeker dökün ve bardağın ağız kısımlarını önce limona sonra şekere batırın. Elmalı pancar suyunu bardaklara paylaştırarak servis yapın.

