



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ERİK PELTESİ

Malzeme :

250 gr. olgun erik

1,5 çorba kaşığı nişasta

1 su bardağı (şeker için)

1/4 bardak su (nişasta ezmek için)

3 adet kesme şeker

Yapılışı:

Pelteyi pişireceğiniz kaba eriğin suyunu süzğüden geçirin. Şekerleri 1 bardak suda kaynatınız. Nişastayı 1/4 bardak suda eritin ve telle karıştırarak kaynamış meyva suyuna katınız. Beş dakika kaynattıktan sonra ateşten alınız.

---