



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

FIRINDA ELMA

6 adet elma
6 yumurta beyazı
3 bardak meyve suyu
250 gr toz şeker
1 litre su

Şeker suda eritilip, hafif ateşte 10 dk kaynatılır. Elmalar enlemesine ikiye kesilip içleri oyulur. 2 saat, soğutulmuş olan şekerli su ve meyve suyunda bekletilir. Elmanın çıkartmış olan içi 50 gr şekerle mikserden geçerilir. Yumurtaların beyazları çırpılıp, elma püresi ve meyve suyuyla karıştırılır. Elmaların içi bu karışımla doldurulup, 10-15 dk fırında pişirilir.