



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HURMANATA

350 gr hurma  
1 ay bardađı Őeker  
1 ay kaŐığı rende limon kabuğu  
6 su bardađı su

Su bir tencereye konur. AteŐe yerleŐtirilir. Kaynayınca hurmalar atılır. Őeklini deđiŐtiren kadar kaynatılır. AteŐten almadan nce Őeker ilave edilir. Kendi halinde soğumaya bırakılır. Ilıyınca limon kabuğu rendesi ilave edilir. Szgden geirilerek srahiye aktarılır. Sođuyunca buz eŐliđinde ikram edilir.

---