



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARIŐIK KIŐ PELTESİ

- 1 adet ayva
- 1 adet elma
- 1 adet kivi
- 1 adet muz
- 1 su bardađı Őeker
- 4 su bardađı sođuk su
- 3 orba kaŐıđı niŐasta

Sođuk su, Őeker ve niŐasta bir tencereye konur, karıŐtırılır. Ayva, kivi, elma soyulur, kabaca doğranır, eklenir. Orta ateŐe yerleŐtirilir. Meyveler yumuŐayana kadar piŐirilir. Sonra blenderden geçirilir. Son olarak ezilmiŐ muz katılır. Kaselere paylaŐtırılır, tam soğuyunca servise sunulur.