



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KİREÇ SUYUNDA KAYISI REÇELİ

1,280 kilogram kayısı için 2 kilo şeker kestiriniz. Kireci suda söndürüp posası dibine çökünce oynatmadan üzerindeki duru suyunu alınız. Biraz olmuş kayisuların her tarafını iğneleyerek bu suya atıp 5 saat bırakınız. Soğuk suda yıkadıktan sonra kestirilmiş ılık şekere atınız. Orta ateşte birkaç taşım kaynatıldıktan sonra indirip kayisuları delikli kepçe ile bozmadan çıkarıp, kenarlı bir tepsiye yığarak 1 gün bırakınız. Bundan süzölen ekşi suyu şuruba katarak kıvama gelinceye dek kaynatıp, indiriniz. Ilık hale gelince, kayisuları tekrar içine atıp ateşte 2 taşım kaynatıldıktan sonra taneleri yine tepsiye koyunuz. Süzölen suyu şurupla kaynatıp kayisuları içine atınız. Bu şekilde birkaç kez aktardıktan sonra kavanoza doldurup havadar bir yere koyunuz.

Not: İyi ve olgun kayisular rahatlık verir ve besleyicidirler. Vücuda biraz serinlik ve sınırlara gevşeklik verir. Şekerle pişirilmiş kayısı ishal yapar. Bunun için çiğ olarak yemek gerekir. Dikkatli yemek lazımdır, bademleri çok acıdır ve biraz asit prosik gibi zehirli maddesi vardır. Çok yememelidir.

---