



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MANDALİNA KOMPOSTOSU (DİYET)

4 adet mandalina  
2 su bardağı su

Portakal kompostosu gibi hazırlanır. İkisinin zarı ve çekirdeği çıkarılır, kâseye konur. İkisinin suyu süzülüp, diğer mandalinaların üzerlerine konur.