



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PORTAKAL PELTESİ (DİYET)

2 adet portakal
1/4 su bardağı su (Nişasta ezmek için)
2 çorba kaşığı nişasta
1/4 su bardağı su (Şeker konmak için)
8 adet kesmeşeker

Bir kap içinde iki portakalın suyu, 1/4 su bardağı sade su, sekiz adet kesmeşeker kaynatılır. Nişasta, 1/4 su bardağı su ile sulandırılır, kaynamış portakal suyuna sulu nişasta bir telle karıştırılarak konur. Beş dakika kaynadıktan sonra ateşten alınır. Servis yapılır.