



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞEFTALİ SUYU

4 su bardağı su
5 adet iri boy şeftali
Yarım su bardağı şeker

Şeftalileri yıkayıp kabuklarını soyun. Çekirdeklerini çıkarıp dilimleyin ve tencereye yerleştirin. Üzerine şeker ve suyu ilave ederek şeftalileri yumuşayana kadar pişirin. Soğuduktan sonra blender'dan ya da süzgeçten geçirerek sürahiye koyun.

