



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SOĞUK MEYVE KOKTEYLİ (İSRAİL)

2 orta boy elma (kabukları soyulup, çekirdekleri çıkarılmış ve iri doğranmış)
2 orta boy sert armut (kabukları soyulup, çekirdekleri çıkarılmış ve iri doğranmış)
2 büyük portakal (kabukları soyulup, iri doğranmış)
125 gr kiraz (her biri ikiye bölünüp, çekirdekleri çıkarılmış)
125 gr siyah üzüm (her biri ikiye bölünüp, çekirdekleri çıkarılmış)
1 dilim kokulu kavun (kabuğu soyulup, çekirdekleri temizlenmiş ve iri doğranmış)
125 gr (1/2 su bardağı) toz şeker
1/2 çay kaşığı portakal kabuğu rendesi
3+3/4 su bardağı su
1/4 su bardağı portakal suyu
2 yumurtanın akı

Elma, armut, portakal, kiraz, üzüm, kavun, şeker, portakal kabuğu rendesi ve suyu büyük bir tencereye koyunuz. Tencereyi orta ateşe oturtup, kaynatınız. Kaynayınca ateşi kısıp, arasına karıştırarak 15-20 dakika, meyveler iyice yumuşayınca kadar pişiriniz.

Tencereyi ateşten alıp, bir kenarda soğumaya bırakınız. Soğuyan karışımı bir süzgeçten büyük bir kaseye süzüp, meyvelerin üstüne tahta bir kaşığın sırtı ile bastırarak bütün suların çıkmasını sağlayınız. (Süzgeçte kalan posayı atınız.)

Süzdüğünüz karışıma portakal suyunu ekleyip, iyice karıştırdıktan sonra kaseyi buzdolabında 1+1/2 saat soğutunuz.

Orta boy bir kasede yumurta aklarını, yumurta teli yada elektrikli çırpıcıyla kar haline getiriniz. Buzdolabındaki kaseyi çıkarıp, yumurta aklarını madeni bir kaşıkla, yavaşça ekleyerek karıştırdıktan sonra, soğuk meyve kokteylinizi, soğutulmuş bardaklara boşaltarak servis ediniz.