



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEMİŞ TATLILARI

Yemiş tatlıları, sıhhate pek uygundur. Herkes bir meyveyi kendi arzusuna uydurmalıdır. Meselâ bazıları elma gibi hafif, incir, kayV'i ve erik gibi müleyyin meyvaları ararlar. Diğerleri aksini tercih ederler. Bilûmum meyyalardan, çeşitli tatlılar vücuda getirilir. Çünkü, meyvalar, her çeşit hamurla bağdaşabilirler ve çeşnilerine doyum olmaz. Bilhassa; kayısı, muz, elma, vişne, çilek, armut, ayva, şeftali, incir, portakal, mandalin, erik ve kızılıık, karadut vs.
