



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

ŞEFTALİ KOMPOSTOSU



1 Kg. Şeftali
2 Su bardađı toz eker
5 Su bardađı su

- # eker ve su bir tencereye konur, bir taım kaynatılır.
- # eftalilerin kabukları soyulur, bir kaç parçaya kesilir, çekirdekleri çıkarılır.
- # Temizlenen eftaliler, kaynayan ekerli suya atılır.
- # Kontrollü olarak, yumuşayana kadar pişirilir, ocaktan alınır.
- # Komposto kaselerine, tanesi ve suyu pay edilerek konur.
- # Sođuk olarak servis yapılır.

Not: Aynı ölçülerde mandalina ve portakal kompostosu da hazırlanabilir, mandalınanın ve portakalın i kabukları da soyularak pişirilir.