



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Les recettes de cuisines

Gelée De Kiwi

Kivili Pelte



4 kiwis mûrs
1,5 tasses de sucre
4 cuillères à soupe de fécule de maïs
1 paquet de vanille
4 tasses d'eau

- # Épluchez les kiwis. Coupez du milieu puis coupez finement.
- # Mettez dans une casserole, de l'eau froide, du sucre et du fécule de maïs. Mélangez jusqu'à que tous les ingrédients fondent.
- # Placez la casserole à moyenne température. Quand le mélange est juste au point de bouillir, jetez les kiwis.
- # Faites cuire en mélangeant régulièrement puis rajoutez enfin de la vanille.
- # Partagez dans 6 bols. Quand la chaleur disparaît, placez au réfrigérateur.
- # Servez 2-3 heures plus tard après avoir décoré selon votre volonté.

N-B; L'origine du kiwi est l'Asie de l'Ouest. Il contient les vitamines A et C. Il est riche en potassium, calcium, magnésium et en fer.