



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

---

## Marmellata di Ananas

Ananas Reçeli



1 ananas  
1,5 bicchieri di zucchero  
Un bicchiere d'acqua

- # L'acqua è zucchero si mette nella pentola si bolisce finché scioglie bene lo zucchero.
- # Alla sopra aggiungere ananas tagliata in dado si può dici ancora 15-20 minuti.
- # Ultimamente si aggiunge succo di limone si bolisce ancora 5 -6 minuti poi si leva dal fuoco.
- # Fresca nella pentola poi riempisce nel barattolo e il coperchio di barattolo si chiude strettamente.

**Nota:** Ananas ed una frutta preferisce di consumare perche serve per rinforzare memoria.