



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

---

## Melagrana

Nar Ekşisi



Melagrana

8 kg di melagrano maturo

- # Le melagrane si tagliano in due.
- # Si schiacciano bene.
- # Dopo si mettono in una ciotola e si inserisce sul fuoco medio.
- # Si bollisce corca per 3 ore con miscelare.
- # Dopo 3 ore la quantità di liquido si deve bassarw ed il gusto liquido di melagrana si deve diventare aspro.