



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

Composta di Fragola

Çilek Kompostosu



500 gr. di fragole
1 bicchiere di zucchero
2,5 bicchieri d'acqua

- # Si stirpano i rametti di fragole e si lavano bene, si filtrano.
- # Si mettono in una pentola zucchero e l'acqua. Si bolliscono sul fuoco medio per 10 - 15 minuti.
- # Le fragole si mette nell'acqua bollente, si cucinano le fragole finché cambiano i colori per un pò. Poi la pentola si prende dal fuoco.
- # La composta si condivide nelle tazze e si servirsi in fredda.

Nota: Si deve cucinarsi con attento perchè la fragola è una verdura morbida. Altrimenti si può vedere schiacciate.