



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

Composta di Prugne

Erik Kompostosu



Mezzo kg. di prugne rosse dolce
1 bicchiere di zucchero a polverato
1,5 biccheire d'acqua

- # L'acqua e zucchero si mettono in una pentola sul fuoco basso.
- # Il mmomento di scioglimento dello zucchero si mettono le prugne pulite tolte dai rametti nell'acqua zuccherata.
- # Si bolliscono insieme sul fuoco basso per 20 minuti. E poi si tolgono dal fuoco dopo che il colore rosso delle prugne è uscite fuori .
- # Le conchiglie delef prugne morbide si levano con la forchetta dentro pentola.
- # Composta di prune si raffredda prima nell'aria d'ambiente poi si mette nello frigo. E servirsi in fredda nella tazza.

Nota: Secondo dei tipi delle prugne le quantità dei zuccheri possono essere indifferenti. Dopo preparata la composta si può prendere con il cuchiaio e si controlla la quantità di zucchero così se lomanca si può aggiungere di nuovo e si può ribollirsi.