



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

---

## Dolce di Fichi con Arancia

Portakallı İncir Tatlısı



15 fichi secchi  
Succo di pesca mezzo bicchiere  
Un quarto di bicchiere liquido di bagnamento dei fichi

# I fichi secchi si lavano. Si mettono in una ciotola e sopra si mette l'acqua finchè copre i fichi. si aspettano i fichi dentro nell'acqua minimo per 5 ore.  
# I fichi gonfiati si filano nella ciotola .  
# Sopra si mette lo zucchero polverato poi si aggiunge succo di arancia e dopo si aggiunge l'acqua dei fichi.  
# Poi si copre il coperchio di ciotola e si cucina per mezz'ora sul fuoco medio.  
# poi si spegne il fuoco e non si apre il coperchio per 15 - 20 minuti.  
# Poi dolce dei fichi con l'arancia si mette nel piatto da servire . Se volendo sopra si mettono sbuccia grattugiato d'arancia nel momento da servirsi.

**Nota:** Quantità d'acqua da bagnare i fichi deve essere poche perchè il proteine dei fichi escono nell'acqua.