



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

ANANAS REÇELİ



1 adet taze ananas
1,5 su bardađı Őeker
1 su bardađı su
1 adet limon

- # Su ve Őeker tencereye konur. Őeker eriyene kadar orta ateŐte kaynatılır.
- # zerine kuŐbaŐı büyüklüğünde dođranmıŐ taze ananas eklenir. Orta ateŐte 20 dakika kadar piŐirilir.
- # Son olarak limon suyu katılır. 5-6 dakika daha kaynatılır, ateŐten alınır.
- # Tencerede soğutulur ve kavanoza doldurulur. Kavanozun kapağı sıkıca kapatılır.

Not: Ananas hafızayı kuvvetlendirmek için tavsiye edilen bir meyvadır.