



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

## MUZ PELTESİ



5 su bardağı su  
6 çorba kaşığı şeker  
4 çorba kaşığı buğday nişastası  
2 adet muz  
1 çay bardağı iri çekilmiş fındık

- # Tencereye soğuk su, şeker ve nişasta konur, iyice karıştırılır.
- # Karışım orta ateşli ocağa yerleştirilir, sürekli karıştırarak şeffaflaşana kadar pişirilir.
- # Ateşten almadan hemen önce ince doğranmış muz ve fındık katılır.
- # Pelte kaselele paylaşılır. Buzdolabında 2 saat beklettikten sonra servis yapılır.

Not: Muz çabuk kararan bir meyve olduğu için pelteye eklemeyen hemen önce doğranmalıdır.