



معجون خوشمزه مادر بزرگ

آن روز یلدا رفته بود خانه مادر بزرگ تا به او کمک کند خانه اش را تمیز کند. بعد از اینکه کارهای خانه تمام شد، مادر بزرگ به یلدا گفت می خواهد برایش یک خوراکی خوشمزه درست کند که اسمش سیب کاراملی است.

مادر بزرگ چند دانه سیب را پوست کند و داخل قابلمه ریخت و روی آن کمی آب ریخت تا بپزد. وقتی سیب ها، پوره و له شد کمی پودر هل، دارچین، چند عدد خرما ی نرم و یک قاشق ارده به آن ها اضافه کرد. بعد مواد را داخل مخلوط کن ریخت و با هم مخلوط کرد. وقتی مواد آماده شد، مادر بزرگ آن ها را داخل دو تا ظرف ریخت و با یلدا سیب کاراملی خوردند. یلدا این خوراکی را خیلی دوست داشت و از مادر بزرگش تشکر کرد.

بچه ها سیب یکی از بهترین میوه ها برای سلامتی ماست که می تواند سیستم ایمنی را تقویت کند، پس از خوردن سیب غافل نشوید.

چی لازم داریم؟

سیب: ۳ عدد متوسط

خرما: ۵ عدد

ارده: یک قاشق غذاخوری

هل و دارچین به میزان دل خواه

