

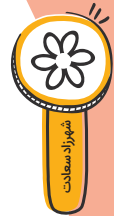


فرنی سیب

علی سرما خورده بود و گلویش درد می کرد. برای همین هم آن روز مدرسه نرفت. مادر گفت: «امروز برایت یک خوراکی خوش مزه درست می کنم که برای گلویت خوب است و مقوی هم هست.»

مادر مقداری آرد برنج را در قابلمه ریخت و یک لیوان شیر به آن اضافه کرد. مواد را با قاشق، هم زد تا حل شوند. بعد مقداری شکر اضافه کرد. وقتی شکر حل شد، قابلمه را روی گاز گذاشت. مواد که جا افتاد و کمی سفت شد، مقداری گلاب و هل اضافه کرد. بعد یک سیب را که از قبل رنده کرده بود، داخل قابلمه ریخت و دوباره مواد را هم زد.

وقتی فرنی کمی غلیظ شد، گاز را خاموش کرد. مقداری از فرنی را داخل ظرف ریخت تا علی بخورد. علی فرنی را خیلی دوست داشت. آن روز علی خوب استراحت کرد تا بتواند روز بعد به مدرسه برگردد. بچه ها! اگر مریض شدید، خوب استراحت کنید و غذاهایی را که ماماها برایتان درست می کنند بخورید تا زودتر خوب شوید.



چی لازم داریم؟

آرد برنج: ۳ قاشق غذاخوری

شیر: یک لیوان

شکر: ۳ قاشق غذاخوری

سیب شیرین: یک عدد

گلاب: یک قاشق غذاخوری

پودر هل: به میزان لازم

