

عصرانه‌ی خوش مزه

یک روز قرار بود پیمان با پسر خاله اش، علی، فوتبال بازی کنند. پیمان از مادرش خوااهش کرد تا یک خوراکی خوش مزه درست کند تا بعد از فوتبال بخورند. مادر مقداری ماست را داخل ظرف ریخت و کمی عسل به آن اضافه کرد. بعد مواد را خوب با هم مخلوط کرد. پروانه چند تا هلو از یخچال آورد. مادر هلوها را تکه تکه کرد و روی ماست چید. پروانه گفت: «وای چه خوش رنگ شد!» مادر گفت: «بله عزیزم میوه های تابستانی خوش رنگ و خوش مزه هستن و کلی هم خاصیت دارن.» پروانه پرسید: «هلو چه خاصیتی داره؟» مادر جواب داد: «هلو باعث می شود سم های بدن دفع شوند. برای قلب هم خیلی مفید است.» پروانه با ذوق گفت: «واقعی؟» پس زودتر بخوریم! مادر خندید و گفت: «پس چند تا ظرف بیاور.» پیمان و علی هم همان موقع رسیدند. بچه ها با هم ماست و هلو خوردند و پروانه برایشان از خواص هلو گفت.



چی لازم داریم؟

ماست چکیده: ۱/۵ پیمانه

عسل: به میزان دل خواه

هلو: ۳ عدد

