

## Yarım Elma, Gönül Alma...

Çeşidi binlerle ifade edilen elma ilk aklımız gelen meyvelerin başındadır. Elma, Adem'le Havva'dan, Troya'ya, hatta masal kahramanı Pamuk Prenses'e kadar pek çok inanış ve hikayede başrolü kapmıştır. Vücudumuza pek çok faydası vardır ve her gün bir elma yemenin kalbimizi koruduğu söylenmektedir.

Elmanın tazesini kadar kurutulmuşu, sirkesi, pestili, pekmezi, kompostosu, sosları, şurubu, marmelat ve reçelleri en az elma kadar makbuldür. Dayanıklı bir meyve olduğu için uzun süre tazeliğini korur. Serin ve karanlık bir yerde, birbirine değmeden saklamak çürümesini geciktirir. Eğer varsa saman ya da talaş dolu sepetler elmayı korumak için idealdir. Elmaları saklarken çürük ve bereli olanları, hasarsız olanlarla bir arada bulundurmeyin. Saplarını kopartmazsanız daha uzun süre saklarsanız. Kek kalıbınıza elma koyarsanız kekiniz yumuşaklığını korur ve mis gibi kokmasını sağlarsınız...