



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KARPUZLU ÇİLEKLİ İÇECEK

<https://www.elele.com.tr>

1/2 limon  
Zencefil  
1 dilim karpuz  
12 adet çilek

1 parmak kalınlığında keseceğiniz bir dilim karpuz, yeşil yapraklarından ayıklanmış 12 adet çilek ve yarım limonun suyu ile zencefili blenderda karıştırın.

Not: Özellikle yaz aylarında karpuz yemek, vücudumuzun su ihtiyacını gidermenin en lezzetli yolu. Likopen açısından da çok zengin.

