



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIRMIZI GÜNEŞ

Domates 1
Havuç 2 adet
Elma 1 adet
Portakal 1/2

Domatesi, elmayı ve havuçları yıkayın. Portakalı soyun. Çekirdeklerini çıkarın. Sebzeleri ve meyvelerin kabuklarını soyup, yıkadıktan sonra küçük parçalara bölün. Hepsini blendırdan geçirip, sularını çıkarın. İyice soğutup, bir limon dilimiyle servis yapın.
