



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KİVİ VE FRAMBUAZLI SMOOTHİE

<https://migros.com.tr>

3 küçük parçalara bölünmüş kivi  
1 tane dilimlenmiş muz  
1 su bardağı frambuaz  
1 su bardağı yeşil elma suyu  
İsteğe bağlı olarak bir avuç nane  
2 yemek kaşığı bal  
1,5 yemek kaşığı yoğurt

Bütün malzemeleri blendera koyup pürüzsüz olana kadar karıştırın ve bekletmeden servis edin.

