



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

---

## KIZIL ENERJİ

1 su bardağı havuç suyu  
2 su bardağı portakal suyu  
1 su bardağı mandalina suyu  
2 su bardağı su  
2 çorba kaşığı şeker

Bütün malzeme bir sürahiye konur, karıştırılır. Buz eşiliğinde servise sunulur.

---