



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MUZLU SÜT

1 adet muz

1 bardak süt (yağsız ve laktozsuz)

Muz ve süt mikserde karıştırılarak içilir.