



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## MUZLU SÜT

2 bardak süt  
2 muz  
2 çorba kaşığı bal

Muzlar püre haline getirdikten sonra bütün malzemeler karıştırıp çırpılır.

---