



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SALON SMOOTHİE

3 adet taze incir
1 dilim karpuz
1 dilim kavun
1 adet şeftali
Buz

Karpuz ve kavunun çekirdekleri alınır. İncirler kabaca doğranır. Şeftali soyulur, parçalara ayrılır. Hepsi robota atılır. Tamamen şeklini kaybedene kadar çekilir. İçinde buz olan bardaklara taksim edilir.
