



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEFTALİLİ YOĞURT MUS

<https://migros.com.tr>

2 su bardağı light yoğurt
3 adet şeftali
10 adet kayısı
1 tatlı kaşığı doğal tatlandırıcı
10 yaprak nane

1. Kayısların çekirdeklerini çıkarıp doğrayın.
2. Şeftalileri yıkayıp soyun ve küçük küçük doğrayın.
3. Yoğurdu robota alıp şeftali, kayısı ve doğal tatlandırıcıyı ilave edip püre kıvamında ezin.
4. Hazırladığınız yoğurtlu püreyi 4 küçük kâseye paylaşın.
5. Üzerlerini alüminyum folyo ile örtüp buzdolabında birkaç saat bekletin.
6. Nane yapraklarıyla süsleyip servis yapın.

