



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YABANMERSİNLİ YOĞURTLU SHAKE

<https://www.elele.com.tr>

4-5 adet ilek
Bir avuç yaban mersini
1 adet elma
3 kaşık dondurulmuş light yoğurt

Elmanın çekirdeklerini çıkarın. Tüm malzemeyi blenderda çekin.

