



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ALKALİZE

Malzeme:

1 demet maydanoz

1 adet limon

1 adet salatalık

1/2 adet labada

Tüm sebzeleri yıkayın. Maydanoz, kabuğu soyulmuş limon, salatalık, hindibağ, ebegümeci ve labadayı katı meyve sıkacağında sıkın. Bardağa aktarıp hemen servis yapın.
