



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ANANASLI CHİA TOHURLU DETOKS İÇECEĞİ

Yarım demet maydanoz
1 salatalık
1 limon
1 dilim ananas
1 tatlı kaşığı chia tohumu
1 bardak su

Bütün malzemeyi blendırdan geçirin.

