



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ARINDIRICI SMOOTHİE

<https://www.karaca.com>

İspanak/ Elma/ Limon/ Salatalık/ Zencefil

1 avuç bebek ıspanak

1 adet elma

1 adet limon suyu

1 adet salatalık

1 parmak taze zencefil

200 ml su

Blendfit Go Blender ile kolayca yapabileceğiniz tarif için elma ve salatalıkları iri parçalar halinde doğrayın ve zencefili soyup minik parçalara bln. Tüm malzemeyi robottan geçirerek afiyetle servis edin!