



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ATOM

2 yemek kaşığı bal
Yarım su bardağı süt
1 adet muz
1 yemek kaşığı Antep fıstığı
Yarım bardak portakal suyu
Yarım bardak havuç suyu
5 adet çilek
1 adet kivi
Üzerini süslemek için:
Hindistancevizi

Malzemelerin hepsini blender'da karıştırın. Tercihinize göre üzerini hindistancevizi ile süsleyerek servis yapabilirsiniz.

