



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## AVOKADOLU MUZLU PUDİNG

2 adet olgun avokado  
3 adet olgun muz  
4 yemek kakao  
1 yemek kaşığı süzme bal  
1 yemek kaşığı vanilya özütü  
Servis için:  
1 adet muz

Avokadonun kabuklarını soyup, ortadan ikiye kesin.  
Çekirdeğini çıkararak, iri parçalar halinde doğrayın.  
Avokadoyu muzla birlikte rondodan geçirin.  
Karışım pürüzsüz hale geldikten sonra bir karıştırma kabına alın.  
Üzerine toz kakao, bal ve vanilyayı ekleyerek karıştırın.  
Karışımı servis kaselerine paylaşın.  
Buzdolabında bir süre soğuttuktan sonra, arzuya göre muz dilimleriyle servis edebilirsiniz.

