



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALLI HİNDİSTANCEVİZİ SÜTÜ

2 çorba kaşığı kuru hindistancevizi
2 su bardağı su
1 çay kaşığı tarçın
1 tatlı kaşığı bal
Buz

Ilık suya hindistancevizi bırakılır. 1 saat kadar bekletilir. Sonra süzgeçten geçirerek süt kısmı elde edilir. Hindistancevizi sütüne bal ve tarçın katılır. 2 adet bardağı arzu edildiği kadar buz konur. Üzerine karışım paylaşılır.