



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BİTKİSEL ÇAYLI ELMA TATLISI

<https://www.herbalife.com.tr/>

500 ml su
2 çay kaşığı Ahududu Aromalı Bitkisel Konsantre Çay
1 adet elma
1 çorba kaşığı (13 g) Herbalife Formül 1 Vanilya Aromalı Shake
1 çay bardağı yoğurt (yarım yağlı)
1 tatlı kaşığı pekmez
3-4 adet fındık içi

Elmaları ikiye bölün, kabuklarını soyun ve dikkatlice ortasını temizleyin. Suyun içine Ahududu Aromalı Bitkisel Konsantre Çay'ı ekleyin. Birkaç dakika kaynayıncaya elmayı bu karışımın içine atın. Elma yumuşayıncaya ateşi kapatın. Elmayı servis tabağına aktarın. Sosu için yoğurdu ve Formül 1 Shake karışımını karıştırın. Haşlanmış elmayı yoğurtlu shake karışımı, pekmez ve fındık içi ile süsleyip servis yapın.

