



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BUZLU SÜT

3 su bardağı süt  
1 adet muz  
4 adet çilek  
1 adet kivi  
3 çorba kaşığı şeker  
1 kase buz

Muz, çilek, şeker ve kivi blenderden geçirilir. Sonra süt ve buz ilave edilir. İyi bir şekilde karıştırılır. Bardaklara taksim edilir.

---