



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ÇİKOLATALI AVOKADOLU SMOOTHİE

1 olgun avokado  
1 bardak süt  
2 yemek kaşığı kakao tozu  
1 yemek kaşığı bal  
Bolca buz

Tüm malzemeleri blenderda pürüzsüz bir kıvam alana kadar karıştırın. Çikolatalı ve besleyici bir serinlik için hemen servis edin.

