



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİKOLATALI FRİGO-BUZ

1 litre süt
Yarım paket margarin
1 i5 su bardađı Őeker
2 orba kaŐıđı kakao
2 orba kaŐıđı buğday niŐastası
3 orba kaŐıđı pirinç unu
1 paket vailya
zeri için:
1 paket kare bitter ikolata

Bütün malzeme tencereye konur. Sürekli karıŐtırarak orta ateŐte piŐirilir. Uzun kek kalıbına aliminyum folyo kaplanır. KarıŐım dökülür. Buzluđa yerleŐtirilir. 1 gece bekletilir. Ertesi günü kalıptan çıkarılır. zerine Ben Mari usulu eritimiŐ çikolata gezdirilir.