



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ÇİLEK RÜYASI

Nestle Tarifli Boyama Kitabı

2 su bardağı (500 g) az yağlı yoğurt  
3 yemek kaşığı (45 g) bal  
1 çay kaşığı (2 g) vanilin  
10 büyük boy (120 g) çilek  
1/2 kase (100 g) ahududu  
10 adet dondurma kalıbı

Yoğurt, bal ve vanilini iyice karıştırın.

Karışımın yansını dondurma kalıplarına dökün.

Her bir kalıba birkaç çilek ve ahududu ekleyin ve bir kürdan yardımıyla kalıbın dibine doğru itin.

Dondurmaları yaklaşık 15 dakika dondurun.

Yoğurt, çilek, ahududuların geri kalanını blenderde karıştırın.

Karışımı dondurma kalıplarına dökün ve en az 3-4 saat boyunca dondurun.