



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ÇİLEKLİ FRAPE (FRANSA)

Birkaç parça buz, 1,5 dl. süt, yarım dl. çilek püresi veya 50 gr. taze çilek ve 1 bardak meyveli gazoz blenderde iyice karıştırılır.

Not: arzu edilirse, buz yerine 2 çorba kaşığı çilekli dondurma ilâve edilerekte yapılabilir.

---