



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİLEKLİ MİLKSHAKE

Yarım su bardağı temizlenmiş yıkanmış çilek

1 su bardağı süt

3 yemek kaşığı tatlı yoğurt veya 2 yemek kaşığı hazır çiğ krema (varsa, yoksa önemli değil)

Çilekleri mutfak robotuna koyup, üzerine de sütü ekleyin ve 3-4 dakika karışım köpük köpük olana kadar çekin. Evinizde varsa çiğ krema ya da tatlı yoğurta ekleyerek, lezzetini artırabilirsiniz.

