



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİLEKLİ SMOOTHİE

1 kase ilek
1 bardak süt
½ çay kaşığı vanilya zt
Buz parçaları

Bir kase ileęi mutfak robotuna atın. Homojen bir kıvam elde edene kadar robotu çalıştırın. zerine bir bardak sütü ve vanilya ztn de ilave edip bir süre daha karıştırın. İceğinizi bardağa aktarın, buz ekleyip servis yapın.

