



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇİLEKLİ YOĞURTLU DONDURMA

Yarım kase yoğurt
1 çay bardağı süt
1 avuç çilek
1 tatlı kaşığı bal

Bir avuç çilek ve yarım kase yoğurdu robotta karıştırın.

Eğer çilek parçalarının daha büyük olmasını isterseniz, birkaç çileği ayırıp bıçakla doğrayarak dondurmanın içerisine sonradan ilave edebilirsiniz.

Süzme yoğurt kullanıyorsanız kıvamını biraz yumuşatmak için 1 çay bardağı kadar süt ilave edin.

Dondurmanızı tatlandırmak için toz şeker kullanabileceğiniz gibi daha sağlıklı olmasını isterseniz 1 tatlı kaşığı bal da ilave edebilirsiniz.

Dondurmanızı buzdolabında 3-4 saat beklettikten sonra tüketebilirsiniz.

