



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ÇÖREKOTLU ZERDEÇALLI KEFİR

Yarım su bardağı tercihen keçi sütünden hazırlanmış kefir
Yarım çay kaşığı havanda ezilmiş çörekotu
1.5 tatlı kaşığı rendelenmiş taze zerdeçal
Yarım çay kaşığı karabiber
Kaya tuzu

Tüm malzemeleri karıştırıyoruz.
