



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DİYET DONDURMA

<https://www.elele.com.tr>

2 adet olgunlaşmış muz
3 yemek kaşığı kakao
1 tatlı kaşığı hindistancevizi yağı
4 yemek kaşığı labne

Tüm malzemeleri blender'dan geçirip dondurma kalıplarına eşit miktarda dağıtın. Buzlukta 4-5 saat beklettikten sonra tüketebilirsiniz.

