



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DİYET MAKARNA

1 paket kepekli makarna
1 su bardağı süt
2 çorba kaşığı zeytinyağı
200 gram beyaz peynir
Domates ve dereotu

Makarnaları tuzlu suda haşlayıp süzün, tereyağı ekleyip karıştırın. Diyet yapıyorsanız zeytinyağı ekleyin. Makarnaya ezilmiş peyniri, sütü koyup biraz bekleyin. Süt pişen makarnanın hem tadını hem de görüntüsünü güzelleştirecek. Üzerine doğranmış domatesleri ve dereotunu serpiştirip sofraya getirin.
