



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ELMALI YULAFLI İÇİLEBİLİR KAHVALTI

<https://www.karaca.com>

2 küçük elma
2 çorba kaşığı yulaf
1 bardak süt
2 tatlı kaşığı bal
Yarım çay kaşığı tarçın

İlk olarak elmaları 4'e bölerek 1800W güce sahip Inox Powermix Smoothie Blender sürahisinin içine atın. Eğer elmaların yüzeyi mumla kaplı ise kabuklarını soyarak, değilse kabuklu haliyle atabilirsiniz. Elmaların üzerine yulafı, sütü ve balı ekleyin. Ardından tarçını da dökerek blenderınızın kapağını kapatın ve fonksiyon düğmesini program moduna getirin.

Çalışma fonksiyonları arasından "Interval" yani "Aralıklı Çalışma" moduna basarak blenderınızı çalıştırın.

Powermix Smoothie Blender'ınız karışımı tamamladığında kendisi duracaktır.

Karışımı bardağa boşaltın ve yarım gün boyunca tok tutacak kahvaltınızın tadını çıkarın.

