



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ERİK VIŞNE HAVUÇ PÜRESİ

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

- 1 adet küçük havuç
- 1 adet mürdüm eriği
- 3-4 adet vişne
- 1 kaşık yoğurt
- 1 çay kaşığı zeytinyağı

Havucun kabuklarını soyun, meyvelerin çekirdeklerini çıkarın. Meyveleri ve havucu ayrı ayrı az suyla haşlayın. Havucun haşlama suyunu dökün. Meyvelerin suyunu çok fazla olmamak kaydıyla püreye dahil edin. Tüm haşladıklarınızı yoğurtla blenderden geçirin, zeytinyağı ekleyin.

