



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FİT İÇECEK

Fatih Belediyesi

Yarım yeşil elma  
1 küçük taze zencefil  
5-6 dal maydanoz  
1 silme çay kaşığı karabiber  
Yarım limon  
1 su bardağı su

Tüm malzemeleri blenderdan geçirin.

