



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

HAWAİİ

Küp halinde doğranmış bir dilim ananas,
dilimlenmiş yarım portakal (suyu ile birlikte),
yarım greyfruit suyu,
2 tatlı kaşığı bal

Bu malzemeleri bir bardağa boşaltın ve bardağı 15 dakika süreyle buzdolabının buzluğuna kaldırın. servis zamanı 1 çay bardağı ayran karıştırın, servis edin.
