



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## HİNDİSTANCEVİZİ KREMASI

Bu alternatif veganlar ve laktöz intoleransı olanlar için ideal.  
Bir kutu hindistancevizi sütünü buzdolabında sertleşinceye kadar soğutun ve bir kabın içine dökün.  
Kabın altında kalan kısımlar kremadır.

