



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## HİNDİSTANCEVİZİ SÜTLÜ PARFE

Parfe için:

2 çorba kaşığı hindistancevizi sütü

1 çay bardağı krema

1 çorba kaşığı toz şeker

Bir tutam toz tarçın

1 çorba kaşığı bal

1 adet yumurta

Hindistancevizi sütünü, kremayı ve toz şekerini karıştırarak kabartın. Bal ve toz tarçını da ilave edin.

Yumurtanın akı ile sarısını ayrı ayrı çırpın.

Çırpıtığınız yumurtaları karışıma ekledikten sonra derin dondurucuda en az 3 saat dinlendirin.

Hazırladığınız parfeyi servis yapın.

