



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİSTANCEVİZİ SÜTÜ

<http://www.verita.com.tr>

1 adet Verita Hindistan cevizi
Ilık su

Hindistancevizini kırıp, etli kısmını kabuğundan çıkardıktan sonra blenderda rahat parçalanması için küçük küçük doğrayın. Blendera küp küp doğranmış hindistancevizini ekleyin ve ılık suyu hindistancevizinin hizasına kadar ilave edin. İyice parçalanana kadar çalıştırın. Bir bez torbanın içerisine aktarın ve bezi iyice sıkarak suyunu çıkartın. Dilerseniz süzölmüş olan hindistancevizlerine biraz daha su ilave edip tekrardan sıkabilir, bir miktar daha suyunu çıkartabilirsiniz.

