



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HOŞ KREM

<https://naturelkaseyirdefteri.com>

- 2 yemek kaşığı yoğurt
- 1/2 donmuş muz
- 3-4 adet donmuş çilek
- 3-4 adet donmuş böğürtlen
- 1 çay kaşığı pancar tozu
- 1 çay kaşığı bal

Tüm malzemeleri blendera atıp karıştırın ve servis edin.

