



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HURMALI SICAK IKOLATA

3 adet 6nceden ıslatılmış hurma
1+1/2 yemek kaşığı kakao tozu
5 b6t6n 6nceden ıslatılmış çiğ kaju fıstığı
1+1/2 su bardağı sıcak su

Blendera t6m malzemeleri ekleyin.
60 saniye kadar iyice karıştırın ve en sevdiğiniz bardağa d6k6n.

