



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İNCİRLİ MİLKSHAKE

<https://migros.com.tr>

8 adet incir
1/2 litre süt
2 çorba kaşığı bal
2 kaşık badem

1. İncirleri bol suda yıkayın.
2. Daha sonra incirleri kabukları ile püre haline getirin.
3. Yarım litre süt, incir püresi, 2 kaşık bal ve bademi mikserinizde iyice çırpın. Servis edin.

