



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARPUZLU SMOOTHİE

Kullanılan malzemeler

1/4 karpuz

1 yemek kaşığı bal

1 yemek kaşığı şeker

6 küp buz

1- Tüm meyveleri mikser kabına yerleştirin.

2- 30 saniye karıştırın.

3- Buz parçalarını ekleyin.

4- 30 saniye karıştırın.



Fotoğraf "yandaş" tarafından gönderildi. 21.07.2020