



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KİNOALI BALLI MEYVE SALATASI

<https://www.elele.com.tr>

200 g çilek
1 elma
1 armut
1 ananas
1 yemek kaşığı rendelenmiş Hindistan cevizi
1 küçük kase böğürtlen
1 kahve fincanı haşlanmış kinoa
1 yemek kaşığı file badem
Hindistancevizi (Enine kesilmiş, kase olarak kullanabiliriz)

Meyveleri küp küp doğrayın. Haşlanmış kinoa, rendelenmiş Hindistan cevizi, file badem ve balla lezzetlendirin. İsterseniz hindistancevizi kasesine aktarıp servis yapın.

