



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KOLAY VEGAN TATLI

1, 5 su bardağı badem sütü  
3 adet kuru incir (Minik parçalara ayrılmış)  
3 adet ceviz içi

Malzemeleri 7-8 dakika kaynatıp blenderdan geçirin.  
4 saat buzdolabında beklettikten sonra tüketebilirsiniz.

