



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KURU MEYVELİ VE MÜSLİLİ KUP

500 gram kaymaksız yoğurt

4 yemek kaşığı bal

150 gram kadar kuru meyveli müsli

Üzeri için

Mevsim meyvesi

Fındık veya ceviz veya badem veya antepfıstığı

Bir kabin içinde yoğurt ve balı güzelce karıştırın. Kupların dibine bir miktar kuru meyveli müsli koyun, üzerine yoğurt karışımından da bir miktar koyun. Kup doluncaya kadar bu işlemi tekrarlayın. Arzu ederseniz kat aralarına dilediğiniz mevsim meyvelerinden koyabilirsiniz.

Kupların üzerini meyve dilimleri, fındık veya ceviz veya badem veya antepfıstığı ile süsleyebilirsiniz.

