



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

LOTUS ÇİÇEĞİ

Büyükçe bir kase­nin içine yarım kutu liçi atın, ortadan yarılmış bir çubuk vanilya ilave edin ve kaseyi en azından 1 saat süre ile buzdolabında soğutun. Dilimlenmiş bir elmayı ilave edin. 1'er bardak soğuk elma suyu ve maden suyu boşaltın.

Öneri: Liçileri kirazla doldurun. Liçileri yiyebilmek için bardakların yanına kürdanlar koyun.