



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

MANDALİNALI YULAF

1 su bardağı süt
1 adet mandalina
2 yemek kaşığı yulaf
1 yemek kaşığı file badem

Süt ve yulafı bir kabın içerisine aktarın ve kısık ateşte pişirmeye başlayın. Bu noktada içine aroma vermesi için mandalina kabuğu rendeleyin. Lapa haline gelen yulafı bir kaseye boşaltın. Üzerini mandalina dilimleriyle süsleyin. File bademler ile son dokunuşunu yapın.
