



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANGOSTEN VE AVOKADOLU YOĞURT PARFE

<http://www.verita.com.tr>

Avokado ve Hindistan Cevizli Mus:

1 adet Verita Yemeye Hazır Avokado

1 çay kaşığı Verita Lime suyu

1/2 konserve kutusu Hindistancevizi sütü

2 yemek kaşığı süt reçeli (condensed milk)

Ballı yoğurt karışımı:

1.5 yemek kaşığı bal

1 su bardağı doğal yoğurt

Süslemek için:

Dilediğiniz kadar Verita Mangosten

İnce kıyılmış badem.

Tüm avokado ve hindistancevizi mus bileşenlerini bir blendere ekleyin, pürüzsüz olana kadar karıştırın, soğutun. Balı ise yoğurtla birlikte karıştırın. Mus ve yoğurt karışımını bir kaseye sıralı olarak döküp mangosten dilimleri ile süsleyin. Doğranmış bademleri de üstlerine serpin.

