



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MAYDANOZ SUYU

1 demet maydanoz
Yarım havuç
1 bardak su

İlk önce maydanozu ve havuçları küçük küpler halinde doğrayın. Daha sonra, bunları bir blendere koyun ve su ekleyin. Son olarak, bileşenler tamamen karışana kadar blenderden geçirin.

