



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## MEYVE BOWL

<https://www.elele.com.tr>

100 g ananas  
100 g yoğurt  
1 yemek kaşığı kinoa  
1/2 kivi  
1/2 elma  
30 g bal  
4 adet çilek  
25 g Antep fıstık  
25 g ceviz

Ananas, yoğurt ve bal mutfak robotunda çekilerek homojen hale getirilir. Kaseye aktarılır. Üzerine dilimlenen meyveler, kinoa ve kuru yemişler yerleştirilir.

