



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MUZLU YOĞURT

5 yemek kaşığı yoğurt

1 adet muz

1 yemek kaşığı bal

Muzun 2/3'ünü püre olacak şekilde blender'dan geçirin. 5 kaşık yoğurdu ve bir çorba kaşığı balı içine ekleyin. Karışımı düşük hızda blender'dan geçirin. Ardından kaselere veya bardaklara boşaltın. Geri kalan muzları doğrayıp üzerine ekleyin.

