



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MUZLU YOĐURT

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

5 yemek kaşığı yoğurt

1 adet muz

1 yemek kaşığı bal

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

