



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PANCARLI HAVUÇLU KARIŞIM

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

- 1 küçük kırmızı pancar
- 1 orta boy havuç
- 1 tatlı elma
- 1 adet armut
- 1 kaşık taze limon suyu
- 2 çay kaşığı taze zencefil

Havuç ve pancarı soyun. Pancarı buharda 10 dakika pişirip soğumaya bırakın. Tüm diğer malzemelerle birlikte blendera koyun, 2 bardak su ekleyip karıştırın.

