



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PARFE

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

2 su bardağı yoğurt (tercihen süzme yoğurt)
1 su bardağı krema
1/2 su bardağı pudra şekeri
1 çay kaşığı vanilya
1 su bardağı çilek veya mevsim meyveleri
1 su bardağı hindistancevizi veya granola
Fındık (süslemek için)

Yoğurdu geniş bir karıştırma kabına alın. Üzerine pudra şekerini ekleyin ve iyice karıştırın. Krema ve vanilya ekleyin. Mikserle orta hızda çırpın, kıvamı koyulaşana ve krema katılaşana kadar çırpın. Bir parfe veya servis bardağına yoğurt karışımından bir tabak dökün. Üzerine dilimlenmiş meyvelerden bir kat yerleştirin. İsteğe bağlı olarak hindistancevizi kırığı veya granola ekleyin. Kalan yoğurt karışımını meyvelerin üzerine dökün. Üzerini fındıkla süsleyin. Parfeleri buzdolabında en az 1 saat kadar soğutun. Soğuduktan sonra dilimlenmiş çilek veya meyvelerle servis yapın.

