



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PORTAKALLI MUZLU YOĞURT

2 orba kaşığı süzme yoğurt
1 adet muz
1 orba kaşığı bal
1 bardak portakal suyu
1 limon kabuđu rendesi

Muz soyulur. Muz ve diğer malzemeler blenderde karışıtılır. Uzun ve geniş bir bardağa konur. Ortasına kamış bırakılır.
