



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SARI SERİNLİK

2 su bardağı İçim Rahat Laktozsuz Süt
2 adet muz
5 yemek kaşığı vanilyalı dondurma
10 küp buz

Muzları dilim dilim kesin ve tüm malzemeleri bir blender'a alıp homojen bir karışım elde edin.

