



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEFTALİ SORBE

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

- 1 küçük kase ıspanak
- 2 yemek kaşığı yoğurt
- 1 adet dondurulmuş muz veya 10 adet yeşil üzüm
- 1 adet dondurulmuş şeftali
- 1-2 kup buz

Tüm malzemeleri blenderize edin ve için.

