



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ŞEKER DENGELİ DONDURMA

Toz tarçın (tatlandırmak için)

Ezilmiş 6 ceviz

125 ml az yağlı sade yoğurt

250 gr az yağlı, şekerli çikolatalı dondurma

Yarım bardak sıcak suda çözülmüş 2 çay kaşığı çözünebilir kahve

Çözünebilir kahveyi, suyu, tarçını, ezilmiş cevizleri ve az yağlı yoğurdu bir kasede karıştırın.

Çikolatalı dondurma ekleyin ve homojen bir kıvam oluşana kadar karıştırın.

Bu dondurmaya kalıplara veya bardaklara dökün ve 30-40 dakika boyunca dondurucuda saklayın.

---