



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEVDİREN SÜT

4 su bardağı süt
1 adet şeftali şeftali
1 adet muz
5 adet çilek
1 çay bardağı şeker

Bütün malzeme blenderle karıştırılır. Bardaklara buz konur. Karışım bardaklara taksim edilir.
