



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TATİL HAVASI

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

- 1 adet şeftali
- 1 büyük dilim ananas
- 1 küçük muz ya da büyük bir muzun yarısı
- 1 adet portakal
- 3 kaşık dondurulmuş light yoğurt

Portakalı sıkın. Diğer malzemelerle birlikte blendera koyarak karıştırın.

