



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YAZLIK SMOOTHİE

<https://www.ruhundoysun.com>

200 g Karpuz
120 g Çilek
100 g Yaban mersini
1 adet Misket limonu suyu
4-5 sap Taze nane
4-5 adet Buz

Tüm malzemeleri Grundig Power Blender'in Smoothie modunda karıştırın. Buzları ekleyip bu sefer de Ice modunda çevirin.

Biraz daha kremamsı olmasını isterseniz, içine biraz süt ekleyebilirsiniz.

