



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

---

## YEŞİL AYRAN

1 bardak kese yoğurdu  
1/4 demet maydanoz  
1/4 demet Taze nane yaprakları  
1/4 demet taze fesleğen  
1 tatlı kaşığı Tuz  
İstenildiği kadar soğuk su

Blenderin içine bütün malzemeler konup iyice karıştırılır. Bir tel süzgeçten geçirilerek servis yapılır.

[ML® Naneli Ayrar \(görsel\)](#)