



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURT BÖĞÜRTLEN KİVİ İÇECEĞİ

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

150 ml. yoğurt
3 kaşık dolusu böğürtlen
1 adet kivi

Bütün malzemeyi blenderda karıştırın. Soğuk olarak tüketin.

Not: Tatlı ihtiyacını gideren keyifli bir antikanserojen karışımdır. Kivide bulunan kükürt serbest radikalleri ve kanserojen maddeleri toplayıp vücuttan uzaklaştırır.

