



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MEYVELİ YOĞURTLU KUP

Dilediğiniz bir çeşit meyve
2 bardak yoğurt
Dövmüş kuru yemiş
Yulaf ezmesi veya bisküvi
Tarçın

Vişne, kiraz, şeftali, elma, çilek veya kuru meyvelerden istediğiniz bir meyveyi dilimleyin.
Yoğurt ve az miktarda tarçınla robottan geçirin.
Ara malzeme olarak dövmüş kuru yemiş, yulaf ezmesi veya bisküvi kullanabilirsiniz.
Kup bardaklarını kat kat yoğurt ve iç malzeme ekleyerek doldurun.
Dolapta dinlendirin ve soğuk servis edin.

