



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

YULAFLI MEYVELİ SUMUTİ

1 su bardağı buz
1 şişe maden suyu
Yarım su bardağı yulaf
1 su bardağı ilek
1 adet muz

Rondonun en altına buz konur. Üzerine sırasıyla doğranmış muz, ilek yulaf ve en son hemen açılmış maden suyu eklenir. Tamamen karışana dek çekilir. Uzun bardağa konur, kalın pipet bırakılır.
