



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ZERDEÇALLI LATTE

2 su bardağı (475 mL) süt (süt veya bitki bazlı)
1,5 çay kaşığı (5 gram) öğütölmüş zerdeçal
Bal veya stevia gibi isteğe bağılı tatlandırıcılar
Öğütölmüş tarçın veya karabiber gibi isteğe bağılı soslar

Düşük ısıda, sütü sıcak olana kadar yavaşça ısıtın.
Zerdeçalı çırpın ve ocaktan alın.
Latteleri kupalara dökün ve istenirse tatlandırıcılar veya soslar ekleyin.

