



Könnyen érthetően...

Recept-tár

Készíts „mindentbele” gyümölcslevest!

Hozzávalók:

- ◆ 40 dkg friss gyümölcs (meggy, málna, ribizli, szamóca, barack stb.)
- ◆ 45 dkg joghurt (egy nagy pohár)
- ◆ 1 púpos evőkanál liszt
- ◆ 1 kiskanál fahéj
- ◆ 6-10 dkg cukor (ízlés szerint)



Elkészítés:

- 1) A gyümölcsöket készítsd elő! (A meggyet magozd ki, a többi gyümölcsöt válogasd át!)
- 2) Forralj fel 2 liter vizet, ha felforrt öntsd a gyümölcsökre és forrald fel még egyszer!
- 3) A joghurtot keverd el alaposan a liszttel! Habard be vele a levest! Forrald fel még egyszer utoljára! Ízesítsd fahéjjal és cukorral!
- 4) Lehűtve tálald tejszínhabbal!

Jó étágyat kívánunk!

