



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Elmalı Kefir Smoothie



Süre: 10 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 10 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 0 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 2 kişilik

Malzemeler:

- 2 su bardağı kefir
- 1 yeşil elma
- 1 küçük muz
- 2 yemek kaşığı yulaf ezmesi
- 1/2 çay kaşığı tarçın
- 1 tatlı kaşığı bal
- 4 buz küpü
- 1 yemek kaşığı limon suyu

Alerjen Uyarısı:

⚠ **İçerir:** Süt ürünleri ve gluten içeren tahıllar.

Ön Hazırlık:

Meyveleri ve taze otları iyice yıkayıp kurutun. Soğuk içeceklerde kullanılacak malzemeleri önceden soğutun; sıcak demlemelerde suyu kaynattıktan sonra uygun sıcaklığa gelmesi için kısa süre bekletin.

Servis Önerisi:

Soğuk bardaklarda tarçın ve ince elma dilimiyle hemen servis edin.

Yapılışı:

1. Meyveyi hazırlayın:

- Elmanın çekirdeğini çıkarıp kabuğuyla küçük parçalar kesin.
-

2. Tabanı karıştırın:

- Kefir elma muz yulaf bal tarçın ve limonu blendera alın.



- Karıştırma işlemini malzemeleri ezmeden, alttan üste doğru yapın. Tuz ve baharatı son kez kontrol ettikten sonra bir sonraki aşamaya geçin.

3. Pürüzsüzleştirin:

- Karışımı homojen ve akışkan olana kadar yüksek devirde çekin.

•

4. Soğuk servis edin:

- Buzları ekleyip kısa süre yeniden çalıştırarak bardaklara paylaşın.
- Yemeği servis etmeden önce birkaç dakika dinlendirin ve son dokunuşları bu aşamada ekleyin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

İçeceğin tatlılık ve asit dengesini soğukken yeniden kontrol edin. Buz eklenecekse tadın hafif seyreleneceğini hesaba katın; sütlü içecekleri servis zamanına kadar soğukta tutun.

>> **İpucu:** Kefiri uzun süre blenderda tutmamak fazla köpürmesini önler.

Kiraz'ın
Mutfağı