

LIFE  HEAL			
Lemon mustard dressing			
लेमन मस्टर्ड ड्रेसिंग			
नींबू का रस	2 tbsp		
डिज़ोन मस्टर्ड	3/4 tsp		
शुगर पाउडर	1/2 tsp		
नमक	1/8 tsp		
काली मिर्च पाउडर	1 चुटकी		
कैसे बनाए			
1) चीनी को बारीक पीस लें और पाउडर बना लें और सारी सामग्री को मिला कर अच्छी तरह मिक्सी में डाल कर मिक्स कर लें			