



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LİMONLU SOĞUK ÇAY

<https://www.elele.com.tr>

200 ml. soğuk çay
200 ml. soğuk su
2 adet limon
Nane

Limonları sıkın, diğer malzemelerle karıştırın.

Not: Enerjinizin artmasını sağlar, konsantrasyonu artırır. İçeriğindeki nane aromatik tat verir ve antiseptik özellik gösterir. Böylece mikroplarla savaşımızda vücudumuza yardım eder, hastalanma riskini azaltır.



