



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

LOKMAN ÇAYI

1 tutam adaçayı
1 tutam ıhlamur
1 tutam rezene
1 adet çubuk tarçın
2 adet karanfil
1 dilim kabuklu limon
1 çorba kaşığı bal
2,5 su bardağı su

Demliğe kaynar su konur. İçine adaçayı, ıhlamur, rezene, tarçın, karanfil, limon konur, kapatılır. 15-20 dakika dinlendirilir. Süzerek fincanlara paylaşılır. Bal eklenerek ikram edilir.