



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

ŞİFALI PORTAKAL ŞERBETİ

3 adet portakal
1 çorba kaşığı kırmızı pul biber
1 çorba kaşığı taze çekilmiş karabiber
2 limon suyu
1 çorba kaşığı toz zencefil
3 çorba kaşığı bal
1 tutam tarçın
2 karanfil

Portakalın suyunu sıkın bir kavanozun içine dökün. Üzerine limon suyunu, kırmızı pul biberi, karabiberi, zencefili, karanfil tuzunu ve tarçını da ekleyip kavanozun kapağını kapatıp iyice çalkalayın. Servis yapmadan önce içine balı da ekleyip karışımı tatlandırıp balın şifasını da içine ekledikten sonra artık bardaklara boşaltabilirsiniz. Hemen içmeniz gerekiyor.