



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BALLI ARMUT ÇAYI

<https://carrefoursa.com>

1 adet armut
½ portakal
1 adet limon
Birkaç dilim taze zencefil
3 diş karanfil
1 adet çubuk tarçın
Bal

Armut, portakal ve limonu iyice yıkadıktan sonra kabuklarıyla birlikte küp küp doğrayın. Ardından kabuğunu kazıyarak soyduğunuz taze zencefilden birkaç dilim kesin ve üzerine karanfilleri, çubuk tarçını ve bir miktar su ilave edin. Tüm malzemeleri kısık ateşte kaynamaya bırakın. 20 dakika kadar kaynattıktan sonra çayı bir fincana alın ve 1 tatlı kaşığı bal ile tatlandırın.
