



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALLI SÜT

- 1 su bardağı süt
- 1 yemek kaşığı bal
- 1 tatlı kaşığı zerdeçal
- 1 çay kaşığı propolis
- 1 çay kaşığı çörek otu

Bir su bardağı yeni sağınmış sütü kaynatın.
Ocaktan alıp içine bal zerdeçal propolis ve çörek otu ekleyin karıştırın.
Ortalama 1 dakika bu karışımı kaynatıp bardağa döküp için.

