



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BİTKİ ÇAYI

- 1 çorba kaşığı kurutulmuş kuşburnu
- 1 çorba kaşığı kurutulmuş hibisküs
- 1 çorba kaşığı kurutulmuş tropikal meyve karışımı
- 2 adet çubuk tarçın
- 5 adet karanfil
- 1 küçük parça zencefil (kesmeşeker büyüklüğünde)
- 4 su bardağı su
- Bal

Suyu kaynatın ve demliğe aktarın. İçine kuşburnu, hibisküs, tropikal meyve karışımı, tarçın, karanfil ve zencefil ekleyip karıştırın. Demliğin kapağı kapalı olarak 10 dakika demlenmeye bırakın. Süzerek bardaklara doldurun ve bal ile tatlandırarak servis yapın

