



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

C VİTAMİNİ ZENGİNİ İÇECEK

1 adet greyfurt
1 adet portakal
Yarım adet limon
2 dal karanfil
1 adet çubuk tarçın

Greyfurt ve portakalı iyice sıkın.
Akabinde içine çubuk tarçını koyup bekleyin.
Yarım saat sonra sıkıdığınız limon suyunu ve karanfilleri ilave edin.
10 dakika daha bekledikten sonra karanfil ve tarçın çubuklarını çıkarın.
Hazırladığınız karışımı başka bir bardağa süzerek aktarın.