



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## C VİTAMİNLİ DETOKS SUYU

<https://www.milliyet.com.tr>

1 adet badem salatalığı  
1 adet limon  
4 parça taze kekik

2 litre su içerisine salatalığı, limonu ve taze kekiği ekleyin.

Karışımı isterseniz akşamdan hazırlayıp, ağzını sıkıca kapatıp buzdolabında saklayabilirsiniz. Ancak taze hazırlamanız daha sağlıklı olacaktır.

Sabah kalktığınız da aynı işlemi yapabilir ve detoks suyunuzu yanınızda taşıyabilirsiniz. Karışımı yarım saat kadar bekletip, içerisinden malzemeleri alıp günlük tüketebilirsiniz.

