



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DETOKS SUYU

Yarım limon (halka şeklinde dilimleyin)
1 küçük salatalık (boyuna kabuklu dilimleyin)
10-15 yaprak taze nane
1 yemek kaşığı elma sirkesi
1 parmak taze zencefil (rendeleyin)

Tüm malzemeleri 1 litre suya karıştırıp ve içerisine buz küpleri ekleyerek tüketin.

