



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ISIRGANOTU ÇAYI

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

Bir su bardağı kadar kaynamış su içerisine birkaç yaprak ısırgan otu ekleyin ve 5-10 dakika demlemeye bırakın. Aromasını yumuşatmak için birkaç nane yaprağı veya bal da ekleyebilirsiniz. Ardından süzgeçten geçirerek servis edin.

