



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAKULE ÇAYI

Öncelikle 1 tatlı kaşığı kakule tohumunu, 1 su bardağı kaynamış suya ekleyin.
Ağızını kapatarak 15 dakika demleyin.
Demlendikten sonra ılık şekilde tüketin.

