



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KARIŞIK BİTKİ ÇAYI

İlkay Öztürk

- 1 Adet Elma
- 2 Adet Tarçın Çubuk
- 1 Çay Kaşığı Toz Zerdeçal
- 1 Çay Kaşığı Toz Zencefil
- 1 Adet Portakal Kabuğu Rendesini
- 1/2 Adet Kuşburnu
- 2 Tatlı Kaşığı Süzme Bal
- 4 Su Bardağı Su
- İsteğe Bağlı Toz Tarçın

Elmayı kabuklarıyla birlikte küçük küçük doğrayalım, bir cezveye veya küçük tencereye alalım. Tarçın çubuğu, toz zerdeçalı, toz zencefili, portakal kabuğu rendesini, kuşburnunu ve balı da ekleyelim. Suyu ilave edip orta ateşte 10 dakika kadar pişirelim. Süzelim ve çayı kupalara paylaşalım. Dilersek üzerlerine toz tarçın döküp servis yapalım.