



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KARIŞIK MEYVE ÇAYI

<https://carrefoursa.com>

2 adet portakalın kabuğu  
2 adet mandalınanın kabuğu  
1 adet elma kabuğu  
1 adet limon suyu  
3 su bardağı su  
2 tutam ihlamur  
Vişne kurusu ya da hazır kuşburnu çayı  
Bal

Meyve çayının tadının acı olmaması için portakal ve mandalina kabuklarının içindeki beyaz kısımları çıkarın. Bir tencereye meyve kabuklarını alın ve üzerine su ekleyin. 5 dakika kaynattıktan sonra limon suyunu ekleyin. Bir taşım kaynadıktan sonra tencereyi ocaktan alın ve ihlamur yapraklarını atın. Tencerenin kapağını kapatıp 10 dakika demlendirin. Eğer vişne kurusu tercih ediyorsanız kaynama sırasında, kuşburnu çayı tercih ediyorsanız demleme sırasında ekleyin. Bal ile tatlandırarak sıcak servis yapın.

