



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KIŞ ÇAYI

2 yemek kaşığı kuşburnu
3 yemek kaşığı ıhlamur
1 yemek kaşığı adaçayı
3 okaliptüs yaprağı
1 kabuk tarçın
4-5 karanfil
Yarım elmanın kabuğu
5-6 papatya
1 yemek kaşığı hibiskus

Tüm malzemeleri bir kaptaki karıştırın. Bu esnada suyu kaynatın. Beş dakika kadar sıcak suda demlendirin. Ardından süzerek fincanlara dökün. İçine bir çay kaşığı bal ve çeyrek limonun suyunu ekleyerek servis edin.