



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIZILCIK VE MİSKET LİMONLU ÇAY

200 gram kıvılcık
3 misket limonu
750 ml su
Buz

Kıvılcıkları yıkayın ve bir cam kavanozun içine koyun.Sonrasında misket limonlarını dilimleyip onları da suya ekleyin. Aromasını arttırmak için içeceğinizi en az iki saat bekletin. Daha sonra buz ekleyin. Bu içeceği günde iki veya üç kere içebilirsiniz.

Not: Bu çayın mükemmel tada sahip olmasının dışında, idrar yolu enfeksiyonları ve hazımsızlıkla başa çıkıyor, üstelik, içindeki antioksidanlar oksidatif stresle başa çıkmanıza yardımcı olur ve vücudu bakterilere karşı korur.

