



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

METABOLİZMAYI HIZLANDIRAN KAHVE

1 bardak süt
1 çay kaşığı Türk kahvesi
Yarım çay kaşığı karabiber
Yarım çay kaşığı toz zencefil
Yarım çay kaşığı tarçın

Bütün malzemeleri cezveye koyuyoruz.
Kısık ateşte güzelce pişiriyoruz.
İster sıcak ister ılık içebilirsiniz.

Not: Karabiber acı gelirse bir dahakine tarifte yazanın yarısını koyabilirsiniz. İster sabah ister ara öğününüzde akşam yemeğinden önce rahatlıkla tüketebilirsiniz. Tarçını şeker yerine tatlandırmak için mutlaka koyunuz.

