



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NAR ÇAYI

Fatih Belediyesi

Yarım su bardağı nar

1 tatlı kaşığı bal

Tercihen 2-3 adet kurutulmuş portakal dilimi

1 adet çubuk tarçın

2 adet kakule

Birkaç karanfil

Ayıkladığınız narları havanda suyu çıkana kadar dövün. Çıkan suyu bir kaba alın ve balı ekleyip karıştırın. Karışımı ağzı kapalı bir kabın içine koyun ve buzdolabında saklayın. Çay içmek istediğinizde bu karışımdan 1 tatlı kaşığı alıp sıcak su dolu fincana koyun. Demlediğinizde portakal dilimi, çubuk tarçın, kakule ve karanfil ekleyin.

