



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NAR ÇAYI

<https://www.sabah.com.tr>

2 yemek kaşığı nar suyu
1 yemek kaşığı bal
2 yemek kaşığı ıhlamur
Yarım narın kabuğu
Yarım çubuk tarçın

Nar, sıcak suyun içinde demlenir ve içerken bal ilave edilir.

Not: Gribal bir durum varsa bir parça taze zencefil ilavesi de yapabilirsiniz.