



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NARLI AYVALI KIŞ ÇAYI

İhlamur
Ayva
Nar
Limon
Kuru üzüm
Mürdüm eriği
Maydanoz
Elma
Tarçın kabuğu

Tüm malzemeleri 2.5 litre suda kaynattıktan sonra süzüp içebilirsiniz. Malzemelerin miktarını damak tadınıza göre ayarlayabilirsiniz ancak çok ekşi olmaması açısından narı yarım çay bardağı kadar koymanız yeterli olacaktır. Bu tarifi içine şeker koymadan sıcak ya da derseniz soğutulmuş şekilde tüketebilirsiniz.

