



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

NEZLE İKSİRİ

- 1 adet mandalina
- 1 adet limon
- 1 adet portakal
- 1 adet greyfurt
- 1 su bardağı su
- 1 çorba kaşığı toz şeker

Ilık su ve şeker iyice karıştırılır. Bütün meyveler sıkılır. Şekerli suya ilave edilir, karıştırılır. Hemen tüketilirse faydası olur.
