



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

RAHAT SU

1 su bardağı su
Yarım çay kaşığı karbonat
1 dal taze nane
1 adet kesme şeker
Yarım çay kaşığı limon kabuğu rendesi

Ilık suyun üzerine şeker, karbonat, limon kabuğu rendesi ve kopararak nane yaprakları atılır. İyice karıştırılır ve 10 dakika kadar bekletilir. Süzülerek içilir. Gaz sıkıntısına iyi gelir.