



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEFTALİLİ SOĞUK ÇAY

Ömür Akkor

5 fincan açık çay
2 adet şeftali
1 yemek kaşığı bal
Taze nane yaprakları

Çayınızı soğuması için bir kenara alın.
Daha sonra şeftalileri soyup, çayın içine demlendirmek için ilave edin.
Birkaç saat sonra süzün ve balı ekleyip bal çözülene kadar karıştırın.
Nane yaprakları ve buzla iftarda yahut sahurda servis edin.

