



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEKERSİZ LİMONATA

6 adet limon
1 adet yeşil elma
10 adet nane yaprağı
2 adet portakal
6 çorba kaşığı bal
5 bardak su

Limonlar ve portakallar soyularak dilimlenir. Akabinde kabukları bir kaba rendelenir. Dilimlenmiş limon ve portakallar, rendelenmiş kabuklarla karıştırılır. Karışıma bal eklenir ve meyveler suyunun çıkması için iyice ovalanır. Oluşan karışım tel bir süzgeçten geçirilir ve içerisinde 5 bardak su eklenir. Akabinde güzelce karıştırılır. Şekersiz limonata isteğe bağlı olarak soğutulur ya da soğutmadan servis edilebilir.

Not: Direkt soğuk içmek isteyenler için soğuk su ile hazırlanması tavsiye edilir. Ayrıca söz konusu içecek; taze nane, buz ve yeşil elma dilimleri ile servis edilebilir.

