



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ŞİFA ŞURUBU

Malzemeler:

10 adet karanfil

2 çubuk tarçın

1 parça tané zencefil

1 elmanın kabuğu

yarım limon

4 bardak iyi su.

Bütün malzemeler suyun içine atılıp kaynatılır. Sonra süzülüp bardağa alınır, sıcak olarak devamlı içilir. İstenirse şeker ilave edilebilir. Özellikle soğuk algınlığı ve gribal durumlarda içilirse en kısa zamanda kuvvet sağlar.

---