



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## SOĞUK IHLAMUR ÇAYI

1 poşet ihlamur, 1-2 küçük parça tarçın ve 3-4 adet biraz ezilmiş karanfilin üzerine sıcak su ilâve edip 5-10 dakika bekletin. Buzdolabında soğutun. 1-2 parça buz ekleyerek tüketebilirsiniz.

---

© lezzetler.com tarif no:159341 • adı:Soğuk Ihlamur Çayı • gönderen:Gül • indirme tarihi:08.04.2025 - 00:46