



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SÜTLÜ KAYNAR

Refika Birgöl

2 lt. Su  
1 çorba kaşığı Yenibahar Tohumu  
1 çorba kaşığı Karanfil  
2 adet Tarçın  
1 parça Zencefil (Ceviz Büyüklüğünde)  
1 parça Havlıcan  
1 su bardağı Pekmez  
250 ml. Süt Köpüğü

Tencereye 2 litre su koyun içine, bir çorba kaşığı yenibahar tohumu, ceviz büyüklüğünde bir parça havlıcan, iki çubuk tarçın, bir çorba kaşığı karanfil ve ceviz büyüklüğünde zencefili soyup atın ve bir saat kaynatın. Sonra bir su bardağı pekmezi ekleyip bir saat daha kaynatın. Servis etmeden önce sıcak sütü mikser ile köpürtün. Kaynarı bardaklara koyduktan sonra, üzerine süt köpüğünden ilave edin, derseniz bardağın üzerine bolca ceviz de kırabilirsiniz.

