



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TARÇIN ÇAYI

5 adet tarçın kabuğu
2 su bardağı su

Bir çaydanlık veya küçük bir tencereye bu malzemeleri koyun ve kaynatmaya başlayın. Ara ara karıştırarak karışımın daha iyi olmasını sağlayabilirsiniz. Suyun fokurdamaya başlaması ile birlikte ocağın altını kısmanız gerekir. Kıstıktan sonra tarçın- su karışımının yarım saat kısık ateşte demlenmesini bekleyin.

Not: Demlenen çayı herhangi bir kavanoza alarak dolaba koyabilirsiniz. Tadının biraz daha tatlı olmasını isterseniz, içine karanfil ekleyebilirsiniz.
