



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TATLI VE EKŞİ NAR ŞURUBU

Hacı Paşa Şifâü'l-Eskâm ve Devâü'l-Âlâm
OTAM Ankara Üniversitesi

Olgun ince kabuklu kırmızı nar alınıp tahta bıçakla kabuğu sıyrılır, taneleri iç kabuğundan ayrılır, sıkılır, süzülür, her dört okka nar suyu için bir ratl şeker ilave edilip belli bir kıvam alıncaya kadar kaynatılır, öksürük kesici ve göğüs ağrılarına karşı kullanılır.

Not: Narın tıbbi amaçlı kullanımının tenya giderici etkisinden kaynaklandığı, bunun yanı sıra büzücü etkisinden de faydalandığı bilinmektedir. Bu nedenle şuruplarda belirtilen kullanımların narın bilinen etkileri ile örtüşmediği ortaya çıkmaktadır.