



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE ZERDEÇAL ÇAYI

<http://www.verita.com.tr>

Verita Taze zerdeçal
Verita Lime
2 bardak su

Öncelikle taze zerdeçal kökünü ince ince kıyarak çok küçük parçalar haline getirin. Ardından 2 bardak suyu kaynatın. Parçaladığınız zerdeçaldan 1 çay kaşığı kadarını demliğin içine koyun. 8-10 dakika kadar demlenmesini bekleyin. Demlenme işlemi tamamlandıktan sonra çayı süzün. İçerisine biraz bal veya bir dilim lime ekleyerek içebilirsiniz.

