



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YEŞİL ÇAY VE LİMON DETOKSU

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

2 yeşil çay poşeti

1 litre su

1 adet limon

Bal veya stevia (isteğe bağlı)

Bir litre suyu kaynatın ve yeşil çay poşetlerini ekleyin. 5 dakika demlenmeye bırakın.

Demlendikten sonra çayı süzün ve soğuması için bekletin.

Limonun suyunu ekleyin ve karıştırın.

İsteğe bağlı olarak bal veya stevia ile tatlandırabilirsiniz.

Soğuk olarak servis yapın ve gün boyunca için.