



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## ZENCEFİLLİ ÇAY

2 yemek kaşığı kadar bal  
2 tatlı kaşığı kadar karabiber  
Ceviz büyüklüğü kadar zencefil  
1 limonun suyu

Isıya karşı dayanıklı bir bardak içerisine balı koyun.  
Ardından üzerine sıcak su ekleyerek karıştırın.  
En son ise karabiberi ilave edin.  
10 dakika kadar bekletin, iyice dinlenmeden tüketmeyin.  
Tarçın ilavesi de yapabilirsiniz, çayınıza farklı bir tat katar.  
Zencefilli çay, güzelce dinlendiği zaman servis edebilirsiniz.

