



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ZERDEÇALLI SÜT

200 ml süt

Yarım çay kaşığı toz zerdeçal

Yarım çay kaşığı toz karabiber

Bir çay kaşığı bal

Sütü cezveye alın. Üzerine zencefili ilave edin ve kaynatın.

Kaynayan sütlü karışıma karabiberi ekleyin. Bir-iki dakika daha kaynamasını sağlayın.

Son olarak içeceğinize bal ekleyip tüketebilirsiniz.

---