



شربت خوش مزه ی افطاری

آن روز قرار بود پدر بزرگ و مادر بزرگ سحر برای افطاری به خانه شان بیایند. مادر غذاهای خوش مزه آماده کرده بود. سحر به مادرش گفت که دوست دارد یک نوشیدنی خوش مزه برای پدر بزرگ و مادر بزرگ درست کند و خودش از آن ها پذیرایی کند. مادر به سحر گفت که مقداری عرق بهار نارنج، گلاب و شکر بیاورد. بعد شکر را داخل قابلمه ریخت و مقداری آب به آن اضافه کرد. قابلمه را روی گاز گذاشت تا شکر در آب خوب حل شود. بعد از سحر خواست تا مقداری عرق بهار نارنج و گلاب به آب اضافه کند. بعد از پنج دقیقه که شربت کمی غلیظ شد، مقداری آب لیمو هم به آن اضافه کرد. بعد شربت را از روی گاز برداشت تا خنک شود. وقتی شربت خنک شد مقداری خاکشیر و تخم شربتی هم به آن اضافه کردند. سحر شربت را داخل لیوان ریخت و منتظر شد تا پدر بزرگ و مادر بزرگ از راه برسند.

بچه ها حالا که ماه رمضان شروع شده و بعضی از شما روزه می گیرید باید بیشتر مراقب غذاهایی که می خورید باشید. شربت های ماه رمضان برای بدن خیلی مفیدند و تشنگی را برطرف می کنند.



چی لازم داریم؟

عرق بهار نارنج: نصف لیوان

گلاب: نصف فنجان

آب لیمو: نصف فنجان

شکر: به میزان لازم

خاکشیر: ۲ قاشق غذاخوری

تخم شربتی: ۲ قاشق غذاخوری

