



شربت ضد عطش

آن روز هوا خیلی گرم بود. قرار بود پدر زودتر به خانه برگردد. برای همین مادر می خواست یک شربت خنک که برای هوای گرم خوب است درست کند. او مقداری شکر و آب را با هم مخلوط کرد و روی شعله گذاشت. مادر مواد را مرتب هم زد تا غلیظ شود. پروانه که کنجکاو شده بود از مادرش پرسید: «چی درست می کنین؟» مادر جواب داد: «یک شربت خوش مزه که برای هوای گرم خیلی خوب است.» پروانه خندید و گفت: «واقعنی؟ پس بذارین منم کمک کنم.» مادر به پروانه گفت شیشه عرق بیدمشک و گلاب را بیاورد. بعد قابلمه ای را که شکر و آب داخل آن بود کنار گذاشت تا خنک شود. مادر مقداری گلاب و عرق بیدمشک را داخل قابلمه ریخت. بعد مواد را هم زد و داخل پارچ ریخت. چند تکه یخ و غنچه گل محمدی و مقداری آب لیموی تازه هم اضافه کرد. وقتی پدر رسید شربت آماده بود. مادر شربت را داخل لیوان ریخت و با هم شربت خوش مزه و خنک را خوردند. بچه ها شربت بیدمشک برای رفع عطش در تابستان خیلی خوب است. لیمو هم ویتامین C دارد که بدن ما را مقاوم می کند.



چی لازم داریم؟

عرق بیدمشک: نصف لیوان

گلاب: ۲ قاشق غذاخوری

شکر: به میزان لازم

آب لیمو: به میزان لازم

آب: به میزان دلخواه

