



Unsay gisulti niining mga bao sa dagat? Isulat kini diha sa bula! Dayon ipadala kini ngadto sa *Higala*.

Himoa kining lamian nga lemonada nga pagasaw-an panahon sa ting-init!

PANGRELAKS NGA LEMONADA

1. Sa usa ka kaha, inita ang **1 ka tasa nga tubig** ug **1 ka tasa nga asukar**. Kutawa hangtod nga matunaw ang asukar.
2. Hulata nga mabugnaw ang tubig, dayon ibubo ngadto sa usa ka pitsel.
3. Dugangi og **1 ka tasa nga lemon juice** ug **3 ka tasa nga bugnawng tubig** ngadto sa pitsel. Kutawa og maayo.
4. Dugangi og ice ug pagrelaks uban sa imong baso sa bugnawng lemonada!