

Průduškový čaj (zaručeně spolehlivý)



Obtížnost: 

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 2min
Celkový čas: 17min , Porce: 2

57 kalorií , 12 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: planeta

Odkaz: <https://srecepty.cz/pruduskovy-caj-zarucene-spolehlivy>

Příprava

Do hrnku dáme cca lžičku majoránky a tymiánu, kousek pokrájené cibule a lžičku lipového květu. Vše spaříme 2,5 dl vřelé vody, necháme přejít krátce varem, odstavíme na 10 minut a pak procedíme. Na závěr ochutíme medem a citronovou šťávou.

Ingredience

- ✓ 1 lžička majoránky
- ✓ 1 lžička tymiánu (Mateřídoušky obecné)
- ✓ 1/2 cibule
- ✓ 1 lžička lipového květu
- ✓ 2 lžičky citronové šťávy
- ✓ 1 lžička včelího medu
- ✓ 250 ml vody

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Rychlovka, Rodina, Nápoje a koktejly

