

# Zázvorový čaj



Obtížnost:     

Čas přípravy: 13min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 13min , Porce: 4

25 kalorií , 4 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: planeta

Odkaz: <https://srecepty.cz/zazvorovy-caj>

## Příprava

Syrový zázvor očistíme a na hrubo nastrouháme do konvice. Zalijeme horkou vodou a necháme vyluhovat (cca 10 minut). Poté čaj scedíme a ochutíme citrónovou šťávou a medem.

## Ingredience

- ✓ 30 g čerstvého zázvoru
- ✓ 1 lžička včelího medu
- ✓ 1 citrón

## Kategorie

Obyčejný den, Podzim, Zima, Rodina, Nápoje a koktejly

