

Zázvor s medom – recept

Budovanie imunity je dôležité. Pomôže vám s tým aj zázvor, v kombinácii s medom ide o obrovskú **vitamínovú bombu**. Pozrite si recept na zázvor s medom.

Potrebné ingrediencie:

1 ks zázvor,

1 ks citrón alebo limetka,

5 PL med,

menšia sklenená fľaštička.

Postup prípravy:

Zázvor a citrón majú mať približne rovnakú veľkosť. Obe si očistite a nakrájajte na drobné kúsočky. Majte pripravenú menšiu zaváraninovú fľaštičku, prípadne aj z medu. Nakrájaný citrón a zázvor vložte na spodok pohára a ostatok zalejte medom. Med podľa potreby. Celú hmotu spolu dobre premiešajte a vložte do chladničky.

Tento príspevok pochádza zo stránky peknetelo.eu