




Galaretka z kwiatów dziewanny

 Skoter

Polecane na: [desery](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 1 porcja

Składniki:

kwiaty dziewanny - 2 szklanka

żelatyna - 1 łyżeczka

woda - 1 szklanka

sok z cytryny - 1 łyżeczka

miód - 1 łyżka

Dodatkowe info:

Dziewanna pomaga w schorzeniach dróg oddechowych i skórnych. Ma działanie przeciwbakteryjne, przeciwzapalne, przeciwwirusowe i przeciwbólowe. Nie ma żadnych przeciwwskazań do stosowania.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kwiaty zebrać z czystych miejsc, przebrać, usunąć jakieś żyjątka jeśli będą.

KROK 2: Zalać szklanką gotującej wody. Odstawić na kilka godzin lub na całą noc.

KROK 3: Napar przelać przez gęste sito, odcisnąć. Wyciśnięte kwiaty wyrzucić. Napar zagotować zdjąć z ognia. Dodać sok z cytryny, miód i żelatynę. Dokładnie wymieszać i gotowe.