





Herbatka z pokrzywy

 Barbara Strużyna

Polecane na: [napoje](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 1 porcja

Składniki:

pokrzywa - 1 garść
cytryna - 1 plaster

mięta - listek -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Pokrzywę przepłukujemy, wkładamy do szklanki lub dzbanuszka i zalewamy wrzątkiem. Zaparzamy chwilę i przed wypiciem wkrajamy plaster cytryny. Możemy dla aromatu dodać listki mięty.