Kawa z korzeni mniszka

Skoter

Polecane na: **napoje**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

5 min

1 porcja

Składniki:

korzenie mniszka - - kilka

miód z mniszka - 1 łyżeczka

woda - 200 ml

Dodatkowe info:

Kawa z korzenia mniszka lekarskiego posiada niezwykłe właściwości prozdrowotne. Poprawia odporność, reguluje i usprawnia pracę wątroby. Wspomaga przemianę materii i detoksykację organizmu. Poprawia trawienie i łagodzi ból brzucha.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Korzenie mniszka wypłukać i oczyścić.

KROK 2: Pokroić i wysuszyć na słońcu lub w domu.

KROK 3: Podprażyć na suchej patelni.

KROK 4: Zmielić w młynku tak jak kawę. Można dosłodzić miodem zrobionego z kwiatów mniszka lub innym miodem.