Napój z octem jabłkowym na poprawę odporności

Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: **napoje**

Warto wiedzieć:

5 min

4 porcje

Składniki:

- zimna przegotowana woda - 1 litr
- ocet jabłkowy - 2 łyżka
- miód - 1 łyżka
- sok z cytryny - 1 szt.
- świeży imbir - 2 cm
- mięta - 1 pęk
- cynamon - 1 szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Świeży imbir zetrzeć na tarce na małych oczkach. Wycisnąć sok z jednej cytryny. Miętę dobrze wymyć. Do dzbanka wlać wodę i dodać wszystkie składniki dokładnie mieszając je ze sobą. Odstawić na kilka godzin. Mój napój przygotowałam wieczorem, aby móc pić następnego dnia.