




Rozgrzewający napar z Yerba Mate Green z pomarańczą i goździkami

 damian

Polecane na: [napoje](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 15 min

 0 porcji

Składniki:

yerba mate green - 30 g
pomarańcza świeża - 2-3 plaster
goździki - 3-4 szt.

sok z limonki - 1/2 łyżeczka
cynamon (opcjonalnie) - - szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wsyp yerba mate green do naczynia.

KROK 2: Dodaj plasterki świeżej pomarańczy i goździki do suszu.

KROK 3: Dodaj (jeśli lubisz) pół łyżeczki soku z limonki i cynamon.

KROK 4: Przechyl delikatnie naczynie, aby susz był po jednej stronie, a w wolną przestrzeń włóż bombillę.

KROK 5: Zalej całość wodą o temperaturze około 80°C. NIE MIESZAJ.

KROK 6: Odczekaj kilka minut, pozwól wodzie dostać się do yerba mate i wydobyć to co ma najlepsze.

KROK 7: Delektuj się rozgrzewającym naparem, który możesz zalać kilka razy.