

Česnekové mléko

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 1

- Česnek 1 stroužek
- Mléko 1 šálek

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Česnek oloupeme a nakrájíme nadrobno, dáme do sklenice s horkým mlékem.

Dobře promícháme a necháme 15 - 20 minut macerovat.

Nakonec česnekové mléko scedíme a pomalu popijíme 3x denně.

Pokud ale působí česnek dráždivě na žaludek, potom tento recept nepoužíváme.