

Čaj z čerstvé máty

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 3

- lístků čerstvá máta 18 ks
- citron 0.5 ks
- voda 750 ml

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Středně velké lístky máty otrháme, dobře propereme vodou a lehce promneme mezi prsty.

Citron důkladně omyjeme od postříků (nejlépe kartáčkem) a odkrojíme 2 větší kousky kůry.

Mátu společně s citronovou kůrou vložíme do louhovacího sítka konvičky a zalijeme vroucí vodou. Pod pokličkou necháme mátový čaj 7 minut louhovat a poté sítko vyjmeme.

V případě potřeby lze čaj z čerstvé máty dosladit medem, ale velmi dobře chutná i bez slazení.