

Meduňkový šálek

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- limetková šťáva 1 lžička
- citron 1 plátek
- lístků čerstvá meduňka 5 ks
- třtinový cukr 1 lžička

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Lístky meduňky opereme a lehce promneme mezi prsty.

Vložíme je do hrníčku a zalijeme vroucí vodou. Šálek přiklopíme a necháme 10 minut louhovat.

Poté vmícháme limetkovou šťávu a třtinový cukr. Na závěr vložíme do meduňkového šálku plátek čerstvého citronu.

Meduňka zklidňuje a napomáhá zkvalitnění spánku.