

Léčivé želé

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 1

- citrón 2 ks
- med 200 ml
- zázvor 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Chlazení, mražení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Pokud si chcete do chladničky připravit hřejivou léčivou dobrůtku, tak kupte citrony a zázvor. Medík jistě máte doma.

Omyté citróny nakrájíme na malé tenké plátky. Očištěný zázvor nakrájíme na tenké plátky a do zavařovací sklenice vrstvíme citron se zázvorem. Nakonec ho zalijeme kvalitním medem.

Med je dobrý konzervační prostředek, takže takto připravený pohár vám v lednici vydrží i 2-3 měsíce. Naložené želé je velmi dobré na bolest v krku a stejně ho můžete pít jako horký nápoj, který vás příjemně zahřeje.

Stačí zalít 1 polévkovou lžící želé horkou vodou a máte chutný léčivý nápoj.

Poznámka:

jedna porce = jedna zavařovací sklenice
zázvor dlouhý 10 cm