



Pokrzywowa lemoniada

Składniki na litr lemoniady:



- **świeża młoda pokrzywa albo 2 łyżki suszonej pokrzywy**
- **2 szklanki wrzątku**
- **2 szklanki zimnej wody**
- **1 mała cytryna, pokrojona w cienkie plasterki**
- **1/4 pomarańczy, pokrojonej w cienkie plasterki**
- **ewentualnie 1-2 łyżeczki rozpuszczonego miodu lub syropu z agawy**
- **(kostki lodu, jeśli jest gorąco)**

Przygotowanie:

Pokrzywę zalać wrzątkiem i zostawić na **5 minut**. Następnie przelać napar przez sitko **do dzbanka**, w którym będzie lemoniada.

Chwilę przestudzić, **dodać zimną wodę** i cytrusy. Odstawić na chwilę do **lodówki** i rozlewać do szklanek. Można wypić od razu lub trzymać lemoniadę w lodówce przez dwa, trzy dni. **Smacznego!**

Kliknij i poznaj
jeszcze
więcej
przepisów

