Čaje (recepty na prípravu) :)

Jabĺčkový čaj

Potrebujeme: 15 dkg sušených jabĺčok, polievková lyžica medu, troška citrónovej šťavy, voda.

Postup: sušené jabĺčka nakrájame na plátky, dáme do hrnca, zalejeme vodou a asi ½ hodiny varíme. Odvar precedíme cez plátenný obrúsok, pridáme med a citrónovú šťavu, dobre zamiešame a čaj podávame teplý alebo studený.

Šípkový čaj

Potrebujeme: 3 kávové lyžičky sušených šípok, cukrový sirup alebo cukor podľa chuti, ¼ litra vody.

Postup: vodu privedieme do varu, pridáme rozdrvené šípky a 10 minút povaríme. Potom precedíme, podľa chuti osladíme a hneď podávame. Tento čaj je obzvlášť bohatý na vitamín C. Dlhšie varenie šípok ničí väčšinu vitamínov. Šípky sa nesmú len sparovať a hotový čaj nesmieme nechať dlho stáť.

Francúzsky čaj z jabĺk

Potrebujeme: 4 jablká, ½ litra vody, 2 lyžice medu, ½ lyžičky mletej škorice.

Postup: jablká ošúpeme, nakrájame a varíme vo vode do mäkka. Scedíme a pridáme med a škoricu.

Pitie a príprava čaju, Príbeh čaju, Čaj

Copyright © 2013 - 2026 Encyklopédia poznania