

Коктейль из облепихи

Автор: Jaxa

04.11.2010 06:29 - Обновлено 04.11.2010 06:39



Облепиха - очень полезная ягода. Она очень вкусна в сочетании с медом. Такой напиток подают для восстановления сил. Сок облепихи и сами ягоды применяют при авитаминозах, анемии, малокровии, в качестве противокашлевого средства, при лечении людей с токсическим гепатитом, кожных заболеваний.

Требуемые ингредиенты

- облепиха - 3 стол. лож.
- мед - 2 чайн. лож.
- лимонный сок - чайн. ложка

Ягоды растолочь, залить кипятком (стакан), дать постоять полчаса. Потом в сито процедить, долить сок лимона и мед.

Для приготовления можно использовать листья мяты, их нужно настаивать вместе с протертой облепихой, затем процедить.

Приятного аппетита, JaxaLand.ru

{comments on}