

---

# Napar z ziół (mięty, melissy, rumianku, kwiatu lipy, dziurawca, bratków) na jedną porcję

Dodano: 2010-01-01 14:45:41

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1251 razy.

1/4 litra wrzącej wody  
(1-2 łyżeczek cukru)  
1 łyżeczka rozdrobnionych ziół

Zagotować wodę, wsypać zioła, przykryć i odstawić z ognia. Gdy zioła opadną, przecedzić je, ogrzać i podać do picia. Jeżeli napar ma zastąpić herbatę, można go posłodzić (zwłaszcza z mięty, rumianku i kwiatu lipowego).

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD