

## **ЧАИ С ЯГОДАМИ МАЛИНЫ**

Для того чтобы приготовить такой чай, необходимо взять по 2 столовых ложки черного чая и листьев малины, 1/2 стакана ягод малины, 1 л воды и сахар.

Свежие листья малины нужно промыть и нарезать тонкими полосками. В нагретый заварной чайник высыпать черный чай, ягоды и листья малины. Хорошо перемешать и дать настояться в течение 20 минут. Затем чай нужно процедить и добавить сахар по вкусу. Чай готов.

### **ЧАИ ИЗ МАЛИНЫ**



Для того чтобы приготовить такой чай, необходимо взять 1 столовую ложку сушеной малины и 0,5 л кипятка.

Взять сушеную малину и залить кипятком. Дать настояться в течение 15 минут и процедить. В готовый чай добавить по вкусу сахар или мед.

### **КЛЮКВЕННЫЙ ЧАИ**

Для того чтобы приготовить такой чай, необходимо взять 1 чайную ложку клюквы, 1 стакан кипятка и сахар по вкусу.

Ягоды клюквы нужно размять и перетереть с сахаром прямо в чашке. Полученную смесь заливают кипятком и дают настояться в течение 10 минут. Потом полученный чай нужно процедить и он готов к употреблению. Такой клюквенный хорошо утоляет жажду и вызывает аппетит.

### **ЧАИ ИЗ КЛЮКВЫ**

Для приготовления этого [чая](#) необходимо взять 1/2 стакана клюквы 1 л кипятка.

Ягоды клюквы нужно размять и засыпать сахаром. Хорошо перемешать и залить кипятком. Дать настояться в течение 15 минут. Потом добавить в готовый чай мед и он готов к употреблению.

## **ЛИМОННО-ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ ЧАИ**

Для приготовления этого чая необходимо взять 2 столовые ложки черного листового чая, 1/2 стакана листьев земляники, лимон, сахар и 1 л воды.

Листья земляники нужно хорошо измельчить и смешать с листовым чаем. В нагретый заварной чайник высыпать черный чай и листья земляники. Закипятить воду и залить подготовленную смесь из расчета 2 части кипятка на 1 часть полученной смеси. Дать настояться в течение 15 минут и процедить. Пить нужно в горячем виде с добавлением сахара и кусочков лимона.

## **ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ ЧАИ**

Для того чтобы приготовить такой чай, необходимо взять 2 столовые ложки черного чая, 1/2 стакана земляники, 1 л воды и сахар.

В нагретый заварной чайник высыпать черный чай и залить 0,5 л кипятка. Дать настояться 5 минут. Потом процедить. Добавить в чай сахар. Таким же способом готовится чай из клубники, ягод черной смородины и чай из яблок. Все эти чаи хорошо утоляют жажду и тонизируют.

