

ЧАИ С КОРИАНДРОМ



Для приготовления этого чая необходимо взять 5 чайных ложек гранулированного чая, 1 чайную ложку кориандра, 1 л воды и мед.

Плоды кориандра нужно измельчить в ступке до порошкообразного состояния. В нагретый заварной чайник нужно высыпать чай и порошок кориандра.

Смесь хорошо перемешать и залить крутым кипятком. Дать настояться в течение 10 минут и процедить. Пить нужно в теплом виде с добавлением меда.

ЧАИ С КОРИЦЕЙ

Для того чтобы приготовить такой [чай](#), необходимо взять 2 чайные ложки зеленого чая, 1 чайная ложка корицы, 2 штуки гвоздики, 1,5 л воды, 5 столовых ложек меда.

Нужно корицу перемешать с гвоздикой. Залить водой и поставить на огонь. Нагреть на слабом огне не доводя до кипения в течение 10 минут. В нагретый заварной чайник нужно высыпать чай и полученную смесь.

Дать настояться в течение 3 минут. Потом процедить и добавить сок лимона. Чай остудить и добавить в него мед.