

Напиток из овса и молока

Для того чтобы приготовить этот напиток нужно взять 250 г овса, 1 л кипяченой воды, 100 г меда.

Взять овес и залить водой. Поставить на огонь и варить до густоты жидкого киселя. Потом полученный напиток нужно процедить. Влить в подготовленный отвар равное количество молока, перемешать и вновь прокипятить. После охлаждения соединить первый и второй отвары и растворить в них мед. Все тщательно перемешать. Напиток готов к употреблению.