

Для приготовления этого напитка необходимо взять 250 г моркови, 3 стакана молока, 100 г меда, сок 1 лимона.

Сделать морковное пюре и в него потом добавить молоко, мед и сок лимона. Все подготовленные компоненты нужно хорошо перемешать. Напиток готов к употреблению. Его рекомендуется принимать после еды.