

Необходимо взять: 250 г воды, 4 столовые ложки рубленых грецких орехов, 4 столовые ложки меда, 750 мл молока. В подготовленную воду добавить рубленые орехи и мед. Все перемешать и поставить на слабый огонь. Прокипятить и снять с огня. Дать напитку остыть. Потом в полученный напиток добавить молоко, хорошо перемешать и процедить. Напиток готов к употреблению.