

Для того чтобы приготовить этот напиток нужно взять яблоки, 5 стаканов кипятка, 1 столовую ложку цветков одуванчика, 100 г меда.

Нужно приготовить отвар из яблок. Для его приготовления необходимо с яблок снять кожицу и удалить семенные коробки. Потом яблоки нужно залить кипящей водой и проварить в течение 8-10 минут. Полученный отвар процедить и добавить в него мелко нарезанные яблоки и цветки одуванчика. Цветки перебрать, промыть и измельчить. Затем полученный отвар хорошо остудить и процедить, после чего добавить в него 100 г меда. Подавать такой напиток необходимо в охлажденном виде.