

Для приготовления этого напитка необходимо взять 0,5 кг игл хвой, 3 л воды, 50-60 г сахара, сок 1 лимона, 70 г меда и лимонная цедра по вкусу.

Иглы хвой нужно промыть и мелко порубить. Потом положить в кипящую воду и добавить туда сахар и лимонную цедру. Проварить в течение получаса под закрытой крышкой. Затем полученный отвар процедить, немного остудить, а затем в него добавить подготовленный сок лимона и мед. Все перемешать до полного растворения меда и поставить в холодильник в закрытой посуде. Этот напиток очень ароматен и приятен на вкус, а еще он богат витаминами. Но при длительном хранении такого напитка, витамины разрушаются.