

Для приготовления этого напитка необходимо взять 400 г воды, 35 г меда, по 5 г сухой мяты и ромашки лекарственной.

Подготовленную траву измельчить и залить крутым кипятком. Потом дать настояться при закрытой крышке 30-40 минут, после чего настой нужно профильтровать. Добавить мед и тщательно размешать до растворения. Оставшуюся траву можно повторно залить стаканом кипятка. Так же дать настояться и добавить мед. Пить полученный напиток рекомендуется в горячем виде.