

ЧАИ С ГВОЗДИКОЙ И СОКОМ

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять 0,5 л кипятка, 1 столовую ложку чая, 1,5 чайной ложки гвоздики, 3 столовые ложки меда, 50 г сока апельсина и 2 столовые ложки сока лимона.

В нагретый заварной чайник нужно высыпать сухой чай и гвоздику и залить кипящей водой. Накрыть полотенцем и дать настояться в течение 10 минут. Потом чайный настой нужно процедить и разлить в две кружки. В каждую кружку поровну добавить мед, сок лимона и апельсина. Размешать и подать к столу.

ЧАИ С ЧЕРНЫМ ПЕРЦЕМ

Для приготовления такого чая, нужно взять 1 чайную ложку сухого чая, 3 горошины черного перца и 2 чайные ложки меда.

В нагретый заварной чайник нужно высыпать сухой чай и добавить перец. Залить кипятком и все перемешать. Накрыть полотенцем и дать настояться в течение 10-15 минут. Потом готовый чай нужно процедить и добавить в полученный чай мед.

ХВОИНЫИ ЧАИ

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять 100 г свежей сосновой хвои, 1 л кипятка, 1 чайная ложка меда.

Хвою нужно промыть и измельчить. Затем полученную хвойную смесь залить 1 л кипятка и поставить на огонь. Смесь хорошо перемешать и довести до кипения. Снять с огня и дать настояться под закрытой крышкой в течение 2 часов. Потом процедить и принимать по 100 г 4 раза в день. В чай нужно добавить 1 чайную ложку меда.