Domowy napój przeciwzapalny

Barbara Strużyna

Polecane na: **napoje**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

5 min

łatwy

2 porcje

Składniki:

- woda lub napój kokosowy - 2 szklanka
- kakao - 1 łyżka
- kurkuma - 1/2 łyżeczka
- cynamon - 1/2 łyżeczka
- pieprz ostry lub papryka ostra w proszku - szczypta
- imbir świeże kłącze - 1 cm
- mleko kokosowe w proszku (opcjonalnie) - 4 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Wlewamy do pojemnika gorącą wodę lub napój. Ścieramy na tarce imbir (możemy dodać 1/4 łyżeczki imbiru w proszku zamiast świeżego). Wsypujemy pozostałe składniki i ubijamy trzepaczką. Przelewamy do szklanek i pijemy na zdrowie.

Pijemy jeszcze ciepłe zimą lub bez podgrzewania latem dodając zamiast kakao surowe kakao.