

Napój mleczny



ILONAALBERTOS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mleko	1/2 litra
kwiat lawendy suszony	1 łyżka
miód płynny	2 łyżki
Gałka muskatołowa mielona Prymat	1/2 łyżeczki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Napój ten dobrze wpływa na skołatane nerwy. Mleko(najlepiej 3,2%) podgrzewać w rondelku wraz z kwiatami lawendy oraz płynnym miodem do momentu zawrzenia. Następnie zdjąć je z palnika i poczekać około 5 minut, aż kwiat zaparzy się w mleku. Przecedzić mleko do filiżanek i posypać startą gałką muskatołową. Podawać na gorąco.