

VÝROBA SIRUPU - DEN 2

- 3 citróny
- 2-3 pomeranče
- bylinky
 - tymián (1 lžíci)
 - skořici (2 ruličky nebo 1 lžičku)
 - ostatní bylinky max 4 druhy (celkem max.3-4 lžíce)

TIPY na další bylinky - květ černého bezu, květ lípy, šípky, mateřídouška, badyán, meduňka, rýmovník, heřmánek, máta, dobromysl (oregáno), levandule, zázvor. Přidejte to, co máte doma a využijete na imunitu, kašel a nachlazení - celkem přidejte max. 4 bylinky

VÝROBA SIRUPU - DEN 2

1. **Oloupejte citrusy a nakrájejte je na plátky. Pecky vyjměte, způsobují hořkost. Slupky si uschovejte.**
2. **Citrusová kolečka přidejte do hrnce s cibulí.**
3. **Pomačkejte citrusy s cibulovým základem.**
4. **Pomalu zahřívejte, ale ne až k bodu varu!**
5. **Po 5 minutách vypněte a přihod'te vybrané bylinky - tymián, skořici, já použila ještě květ černého bezu, květ lípy a několik šípků.**
6. **Přikryté utěrkou/ pokličkou nechte macerovat do druhého dne na chladnějším místě.**