

Ζεστή λεμονάδα ανακουφίζει από τον πονόλαιμο!

/ Ε



Μαζί με το κρύο του

χειμώνα ήρθαν και οι πρώτες ενοχλήσεις στον λαιμό.

Τι θα λέγατε για μια ζεστή λεμονάδα; Το λεμόνι είναι πλούσιο σε βιταμίνη C και σε συνδυασμό με την κανέλα και τα γαρίφαλα δημιουργεί ένα super αντιμικροβιακό και μαλακτικό μίγμα που μπορείτε να απολαμβάνετε δίπλα στο τζάκι!

—Υλικά (για 4 δόσεις)

- 1,2 lt νερό
- 100 γρ. ζάχαρη
- 4 γαρίφαλα
- 1/2 κ.γ. τριμμένο μπαχάρι
- 1 ξυλάκια κανέλα
- χυμός από 4 λεμόνια
- φλούδα λεμονιού για γαρνιτούρα ([περισσότερα...](#))