

לימומנטה (טבעוני, ללא דגנים, ללא סוכר מעובד)

רכיבים:

- 2 לימונים טריים אורגניים גדולים
- 2 כפות סירופ מייפל אורגני
- 3 ענפי נענע טריים גדולים מאוד
- מים
- קוביות קרח

הוראות:

1. סוחטים את הלימונים ישירות לקנקן או לקרף יפה.
2. מוסיפים את סירופ המייפל ומערבבים.
3. מוסיפים את ענפי הנענע.
4. ממלאים את הקנקן / הכד לשלושה רבעים מלאים במי ברז.
5. מוסיפים כ-12 קוביות קרח ומערבבים שוב.
6. מכניסים למקרר ל-10-5 דקות.
7. מתלבשים בבגדי קיץ ונהנים!

לבריאות טעימה!
מינדי

