

# Letní limonáda



V letních měsících je důležité dodržovat pitný režim, a proto si můžeš zkusit vyrobit domácí limonádu. Zabere ti to jen maličko času a chuť je vynikající.

Zdroj: <https://www.shutterstock.com/es/image-vector/glass-lemonade-pieces-lemon-vector-drawing-669639475>

Co budeš potřebovat:

## Bylinky

- meduňka lékařská
- máta peprná
- bazalka pravá



Zdroj: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/10614805433-herbar/7070-herbar/25104-mata-peprna/>



## Citron

**Cukr** (lepší třtinový)

## Vodu

Jak na to:

- ✓ lístky bylinek pomačkej a utři s cukrem v hmoždíři (doporučujeme jiný než kovový a dřevěný). Pokud nemáš hmoždíř, lístky bylinek jen pokrájej (opatrně, pozor na prsty!) a smíchej všechny dohromady, aroma a chuť bylin v limonádě není tak výrazná
- ✓ meduňky a máty dej stejné množství, bazalky jen malinko
- ✓ směs cukru a bylinek přendej do připravené nádoby (např. džbáněk), zalij tvým zvoleným množstvím vody, zamíchej a nech rozpustit
- ✓ nakonec přidej vymačkanou šťávu z citronu

Množství bylinek a citronu si vyzkoušej a uprav podle své chuti.

Ve velkém horku můžeš pro větší osvěžení přidat kostky ledu.

**Dobrou chuť!**