**Nalewka czosnkowo-cytrynowo-miodowa**



Zbawienna dla naszego zdrowia nalewka, polecana szczególnie w okresie jesienno-zimowym. Wzmacnia siły obronne organizmu, obniża poziom cholesterolu i ciśnienie tętnicze krwi. Działa odkażająco przy przeziębieniu, katarze.

**Składniki:**

duża główka czosnku   
dojrzała cytryna  
szklanka miodu (najlepiej lipowego lub gorczycowego)  
0,7 litra spirytusu

**Przygotowanie:**

Czosnek pokroić wraz z łupinami, cytrynę pokroić w ósemkę. Miód podgrzać (ja używam kuchenki mikrofalowej) aby był w stanie płynnym. Czosnek i cytrynę wrzucić do słoja, dodać miód i spirytus, zakręcić i dobrze wymieszać. Pozostawić na tydzień w ciepłym, słonecznym miejscu, mieszając słojem przez pierwsze 2 dni. Następnie przelać do butelek i wstawić do ciemnego chłodnego miejsca. Pić w niewielkiej ilości (20-30 ml) wieczorem. Nie należy obawaić się przykrego zapachu z ust rano, gdyż właśnie miód i cytryna doskonale ten zapach harmonizują. Polecamy !

**Wlasna mieszanka:**

Sloik 4 Litry

0,7l spirytusu rektyfikowanego 95% (czeski, 1litrowy)

1 glowka czosnku (z Hiszpanii)

1 dojrzala cytryna

Szklanka miodu (literatka na wode, ta wieksza) (miod z polski)

16.02.2020 – dodanie skladnikow do sloja

24.02.2020 – rozlanie do butelek

Wynik:

Ciezko stwierdzic, zapach dobry, nie czuc spirytusu. Smak nijaki, spirytus można wypic bez popitki lecz zostaje dlugo w gardle (24.02.2020)

**Wlasna mieszanka (2):**

Sloik 4 Litry

1l spirytusu rektyfikowanego 95%

1,5 glowki czosnku (z Hiszpanii)

1,5 dojrzalej cytryny

Szklanka miodu (szklanka Cola ~ 300ml) (miod z polski)

24.10.2020 – dodanie skladnikow do sloja

26.11.2020 – rozlanie do butelek

Wynik:

1,2 litra mocnej nalewki, slodszej niz poprzednik co jest spowodowane zmiana miodu na polski naturalny

Uwaga!

mimo w miare plynnego miodu, miod sie nie rozpuscil.

Uzywac calkiem lejacego sie!

**Wlasna mieszanka (3):**

Sloik 5 Litrow

1l spirytusu rektyfikowanego 95%

2 srednie glowki czosnku (pakowane po 3-4 z rewe)

1,5 dojrzalej cytryny (rewe)

Polowa malej cebuli (eksperymentalnie)

Około 330ml miodu Langnese Sommerblüte (plynny z rewe)

27.11.2021 – dodanie skladnikow do sloja

– rozlanie do butelek

Wynik: