

Napój truskawkowy

Jeśli chcecie poczuć trochę lata w środku zimy to ten napój nadaje się idealnie.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

10 minut

LICZBA PORCJI:

8

SKŁADNIKI:

3 szklanki wody
750 g truskawek, pokrojonych w plasterki
175 g cukru
1/4 szklanki soku z cytryny
2 łyżeczki skórki otartej z cytryny
1 szklanka piwa imbirowego
pokruszony lód
truskawki, do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

1) Zmiksować wodę, truskawki, cukier, sok i skórkę z cytryny. Przetrzeć przez sito.

2) Wlać do dzbanka, dodać piwo imbirowe, wymieszać. Podawać z lodem. Dekorować truskawkami.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 szklanka zawiera: 116 kcal, śladowe ilości tłuszczów (w tym śladowe ilości NKT), 0 mg cholesterolu, 3 mg sodu, 29 g węglowodanów, 2 g błonnika, 1 g białka

Źródło zdjęcia: Shutterstock