Чай «Масала»

На 100 грамм:
Калорийность: **46,3 ккал.**
Белки: **1,99 г.**
Жиры: **2,46 г.**
Углеводы: **4,59 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/chaj-masala/

Ингредиенты:
- звездочка бадьяна
- три гвоздики
- 2 горошка душистого перца
- 2 см свежего корня имбиря
- ч.л мускатного ореха
- щепотку корицы
- 0,5 ч.л молотого кардамона
- вода и молоко

Приготовление:
Прокипятить стакан молока,добавить в него специи.
Оставить на 5 минут. Заварить крепкий черный чай.
Добавить молоко в соотношении 2 части молока 1 часть чая. Можно добавить стручок ванили.
Попробуйте сами поэкспериментировать с добавлением специи в чай.
Например,добавлять апельсиновую кожуру, пряные травы, мёд, даже черный перец и со временем вы удивитесь, каким необыкновенным вкусом может обладать этот привычный напиток.