

Лимонад из зеленого чая



На 100 грамм:
Калорийность: **9,17 ккал.**
Белки: **0,17 г.**
Жиры: **0,02 г.**
Углеводы: **2,21 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/limonad-iz-zelenogo-chaya/>

Ингредиенты:

- 3 стакана горячей воды
- 2 пакетика зеленого чая
- 2 чайные ложки меда
- цедра 1 лимона
- сок 2 небольших лимонов

Приготовление:

Заварите чай в горячей воде в течение 3 минут. Отожмите и удалите пакетики. Добавьте мед и размешайте до полного растворения. Дайте чаю немного остыть и добавьте лимонный сок и цедру.