

Живая вода!



На 100 грамм:
Калорийность: **3.68 ккал.**
Белки: **0.15 г.**
Жиры: **0.04 г.**
Углеводы: **0.66 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/zhivaya-voda/>

Ингредиенты:

- спелая клубника
- лимон
- базилик
- чистая вода (не из под крана)
- лед (из чистой воды)

Приготовление:

Клубнику и лимон нарезать крупными дольками, положить в ёмкость со льдом, добавить зелень базилика и залить всё это холодной водой. Дать настояться в холодильнике на протяжении минимум 2-х часов. Не оставлять в тепле!

Полученную витаминную воду можно употреблять вместо обычной воды в течении дня и просто для утоления жажды!