



INGREDIENTES

1 cucharadita de jengibre fresco, rallado • 1 cucharada de jugo de limón • 2 cucharaditas de miel de maple • 4 hojas de menta • 240 ml de agua hirviendo

PREPARACIÓN

Coloca todos los ingredientes en una taza y déjalos reposar por 3 minutos, hasta que infusionen. Puedes colar la preparación, o bien, beberla así. Masticar las hojas de menta y el jengibre da un placer al paladar.

¡Disfruta!