



# PRZEDSIĘBIORCZO ZNACZY ZDROWO

## SYROP Z MNISZKA LEKARSKIEGO

### Składniki

- 400- 450 kwiatów mniszka lekarskiego
- 2 cytryny
- 1 litr wody
- 1 kilogram cukru

### Przygotowanie:

Kwiaty mniszka płuczemy pod bieżącą wodą. Do garnka wlewamy litr wody i wrzucamy do niej kwiaty. Od zagotowania wody zostawiamy kwiaty na ogniu jeszcze na 10-15 minut. Czekamy 24 godziny, następnie wywar przelewamy przez sitko i odciskamy wodę z kwiatów. Do wywaru z mniszka dodajemy wyciśnięty sok z cytryn oraz cukier i ponownie gotujemy (na niewielkim ogniu, około 2-3 godzin), aż wywar z mniszka zgęstnieje i będzie miał konsystencję syropu.