

# دمنوش لیموعمانی با گل‌گاوزبان و نبات

16 اسفند 1403

دمنوش‌ها جایگزین مناسبی برای نوشیدنی‌های غیرطبیعی و کارخانه‌ای برای وعده افطار هستند.

## نام: دمنوش لیموعمانی با گل‌گاوزبان و نبات

آماده‌سازی: ۳۰ دقیقه

تعداد: ۴ نفر

### مواد لازم:

گل‌گاوزبان: ۳ قاشق غذاخوری

لیموعمانی: ۲ عدد

عسل: ۴ قاشق مرباخوری

آب جوش: ۴ لیوان

### طرز تهیه:

۱. لیموعمانی‌ها را سوراخ یا از وسط نصف کنید.
  ۲. آب را در قوری بجوشانید. بعد گل‌گاوزبان و لیموها را به آن اضافه کنید.
  ۳. قوری را ۳۰ دقیقه روی حرارت بگذارید و در آن را با یک پارچه بپوشانید.
  ۴. بعد از ۳۰ دقیقه دمنوش را در لیوان‌های مناسب بریزید. به هر لیوان یک قاشق مرباخوری عسل اضافه کنید.
- نکته:** می‌توانید در صورت دلخواه چند قطره لیموترش در هر لیوان بچکانید.