



SNABBMAT

# Hälsoshot

Kock: **Vin & Matguiden** Tid: **15 min** Portioner: **10**



Att inleda morgonen med en shot av detta ger en riktig superstart på dagen!



## INGREDIENSER

1 liter vatten  
175 gram färsk ingefära  
0.75 deciliter honung  
3 stycken citroner  
1 stycken färsk röd chili  
1 matsked gurkmeja

## GÖR SÅ HÄR

1

Riv ingefäran grovt med skalet på. Lägg i vattnet o värm (men koka aldrig över 60 grader då nyttiga ämnen försvinner) i 20 min.

2

Sila bort ingefäran o blanda i honungen och chilin medan det fortfarande är ljummet.

3

Svalna och pressa därefter i citronerna. Sila och tillsätt sedan gurkmeja. Häll i snygg flaska och förvaras i kylskåp.