

DOMOWA WODA SMAKOWA



Rynek jest wypełniony produktami dedykowanymi dzieciom. W ten sposób ma być wygodnie, łatwiej. Problem w tym, że uzyskuje się efekt odwrotny do zamierzonego. Niby dostępność gotowych rozwiązań jest ogromna, jednak ich jakość pozostawia wiele do życzenia. Tym bardziej, że większość produktów można przygotować samodzielnie w domu.

Jak? Domowa woda smakowa dla dzieci to łatwizna! Wystarczy kilka chwil i jest gotowa! Bez nadmiaru cukru, barwników, konserwantów i innych dodatków. Orzeźwiająca domowa woda smakowa dla dzieci może być przygotowana w domu. Jest niewymagająca, banalnie prosta. Może być to naprawdę świetna zabawa, która jednocześnie będzie lekcją zdrowego odżywiania. Pokusa jest tym większa, że domowe wody smakowe można przygotować w naprawdę wielu odmianach, nie tylko latem, ale przez cały rok.

Do przygotowania wody smakowej będziesz potrzebować m.in:

- 1 litr wody
- owoce sezonowe lub mrożone lub np. ogórek
- liście mięty, melisy

Obieramy i kroimy w grubsze plastry, dodajemy kilka listków mięty. Całość zalewamy wodą. **GOTOWE!**

Malinowa woda smakowa dla dzieci



Drugi bardzo prosty przepis na wodę smakową dla dzieci pozwala przygotować napój w kilka sekund.

Bierzemy garść malin, lekko je rozgniatamy widelcem (by wydobyć z nich najwięcej smaku) i zalewamy wodą.

Możemy dodać jeszcze borówki, jagody czy jeżyny – w zależności od tego, co mamy aktualnie pod ręką.

Dla uzyskania większej słodyczy, nic nie stoi na przeszkodzie, by wykorzystać dobrej jakości miód. Wystarczy odrobina dodana do wody, by smak się zmienił, a woda zyskała dodatkowe dobre właściwości, które zapewnia dodatek miodu.

SMACZNEGO! 😊