

Infusão Revigorante de Canela Pura

Ingredientes (para 9 pessoas):

12 paus de canela (grandes ou médios)

Modo de Preparo:

Em uma panela grande, adicione aproximadamente 2,5 a 3 litros de água (para 9 pessoas, considerando cerca de 250-300ml por porção). Leve a panela ao fogão em fogo alto até a água ferver vigorosamente.

Assim que a água estiver fervendo, adicione cuidadosamente os 12 paus de canela.

Reduza o fogo para o mínimo, de forma que a água continue em um leve borbulhar. Tampe a panela e deixe a infusão cozinhar lentamente por pelo menos 30 a 45 minutos. Quanto mais tempo a canela infundir, mais intenso será o sabor e o aroma.

Após o tempo de cozimento, desligue o fogo e deixe a infusão descansar por mais 5 a 10 minutos com a panela tampada, permitindo que os aromas se aprofundem.

Com cuidado, retire os paus de canela oucoe a infusão para remover quaisquer pequenos fragmentos, se desejar.

Sirva a infusão quente em xícaras ou canecas.

Preparo

menos de 15 minutos

Cozimento

30 minutos a 1 hora

Serve

Serve 9 pessoas

Dieta

Sem laticínios, Sem glúten, Vegano, Sem açúcar (naturalmente)

Dica

Para uma infusão ainda mais aromática, você pode quebrar os paus de canela em pedaços menores antes de adicionar à água, aumentando a área de contato e liberando mais sabor. Se desejar uma bebida mais suave, diminua a quantidade de paus de canela ou o tempo de infusão. Esta infusão é excelente servida quente, ideal para dias frios ou para um momento de relaxamento. Pode ser preparada com antecedência e reaquecida.

Sua receita foi enviada também para o e-mail: drope0427@gmail.com