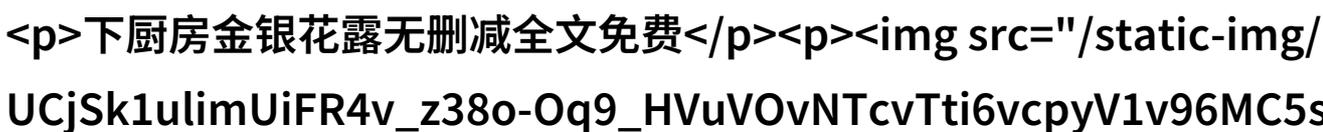


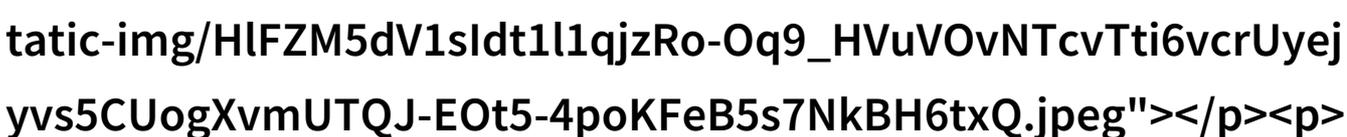
# 下厨房金银花露无删减全文免费我来教你

下厨房金银花露无删减全文免费

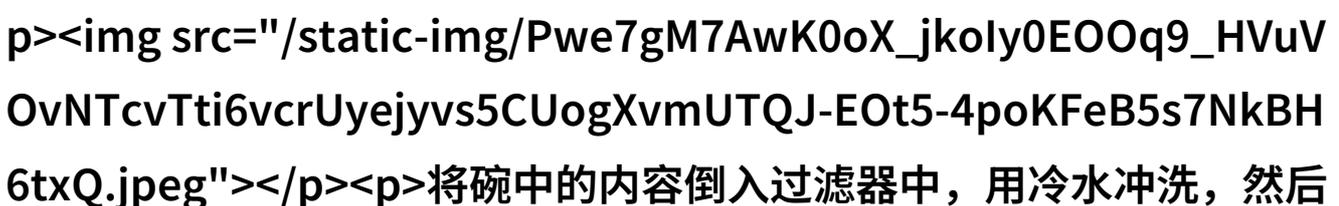


在一个炎热的夏日午后，你是否渴望一杯清凉的饮品来解暑？今天，我就教你如何制作一款既清新又营养的金银花露。这个简单而美味的小确幸，只需要几种基本原料，就能让你的家里充满了夏日的气息。

首先，准备材料：金银花、甘草、薄荷叶和冰水。你可以根据个人口味调整比例，但一般来说，一般建议使用金银花占比为大多数，其余各成分适量即可。

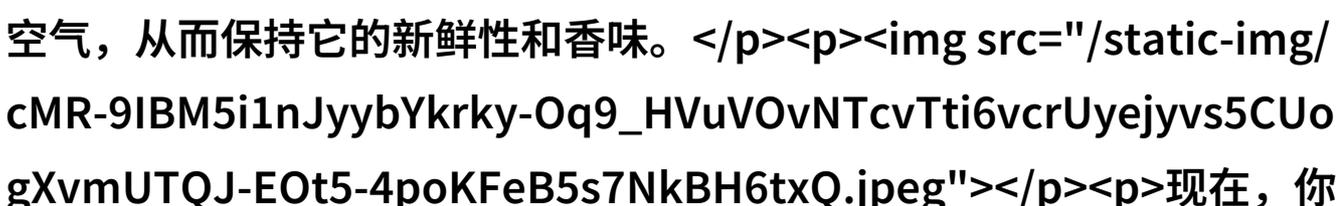


接下来，开始操作：准备好所有材料后，将它们放入一个大碗中。如果喜欢，可以加入一些糖或蜂蜜，以增添甜度。

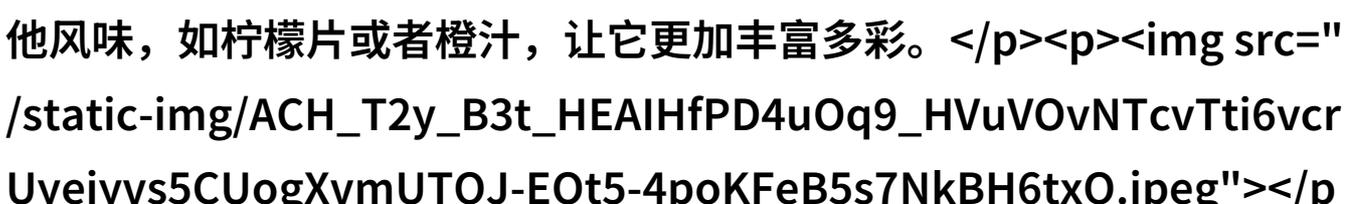


将碗中的内容倒入过滤器中，用冷水冲洗，然后将过滤好的液体倒回去重复冲洗两次，这样可以更有效地提取出这些药材中的精华。

最后，将混合液体倒入玻璃瓶中，并加上足够多的冷水以覆盖其表面。这一步很关键，因为这样可以防止药材直接接触空气，从而保持它的新鲜性和香味。



现在，你已经成功做出了那款下厨房金银花露，无需任何删减，全文免费分享给大家。每次喝的时候，只需把需要的一部分液体倒进杯子里，加上冰块便是一道完美的清爽饮品。此外，如果你喜欢，可以在此基础上添加其他风味，如柠檬片或者橙汁，让它更加丰富多彩。



><p>这款自制金银花露不仅清凉舒缓，还具有很好的抗氧化作用，对于夏季身体虚弱的人群来说，是一种非常理想且健康的小小补偿。不论是想要享受个人的时光还是与家人朋友共享，这款无删减全文免费的小技巧，都能带给你最真实、最直接的心情分享。</p><p><a href = "/pdf/762652-下厨房金银花露无删减全文免费我来教你怎么做这个超级美味的金银花露.pdf" rel="alternate" download="762652-下厨房金银花露无删减全文免费我来教你怎么做这个超级美味的金银花露.pdf" target="\_blank">下载本文pdf文件</a></p>