

# Lingonglög

## LINGONGLÖGG

Receptet är för 2-3 personer

35 cl lingon nektar

1 st hel kanelstång

1 tsk hel nejlika

1 tsk hel kardemumma

## HUSGERÅD

Kastrull

Sil

# Lingonglög

## Lingonglög

### Så här gör du

- Häll upp lingon nektarn i en kastrull
- Tillsätt kanelstången, Nejlika och Kardemumma
- Sätt kastrullen på spisen och låt glöggen sjuda, inte koka, i 10 minuter
- Sila av glöggen
- Klar att servera

### Lingonglög 1 type unknown

Servera gärna glöggen tillsammans med skållad mandel och russin. Gott tilltugg är [Kryddiga nötter](#), [baconlindade dadlar](#) och [Paleopepparkakor](#) med [fikonsmör](#).

Paleo så gott och så enkelt!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



**Paleo för ett hälsosammare liv!**

*Jenny & Magnus Andersson*

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.

---