



Tekst i zdjęcie: **HausHuehner** - Kuchcik (146)

Ziemińska herbatka zielona

przepis za pośrednictwem pani Stefanii Korżawskiej,
herbata zwana inaczej bojowa, ze względu na
pobudzające właściwości

Czas przygotowania: do 15 min

Stopień trudności: Łatwe

Liczba porcji: więcej

Składniki:

Sposób przygotowania:

zalać gorącą wodą liść poziomki, liść porzeczki czarnej, liść jeżyny, kwiat glogu i owoc jarzębiny, można dolewać wodę po wypiciu przez cały dzień :) liść porzeczki, liść poziomki, kwiat glogu poprawiają krążenie, wskazana przy nadciśnieniu, chorobie wiekowej i zylakach, liść jeżyny leczy stany zapalne jelit

