

Чай
"Морковный" - витаминно-тонизирующий

Морковь- 2 ст л
Куркума -1/3 ч.л
Миндаль - 1 ст.л
Шиповник -1 ст л
горький шоколад - 1-2 кусочка
зеленый чай -1 ст .л



Чай
"Противовирусный"

шалфей- 1 ст. л.
сосновые почки и шишки -- 1 ст. л.
березовые почки-1 ст. л.
прополис



Чай
"Женский"

клевер- 1 ст л
шалфей- 1 ст л
малина 1 ст. л.
пчелиная перга- 1 ст.л
На 0.5 литра горячей воды 70-80 гр.



Чай "Гармония"

миндаль (или зерна абрикоса- 1 ст л
лепестки роз- 1 ст л
иван-чай-1 ст. л.
листья малины (ферментированные)- 1 ст.л
долька мандарина



**МОИ ЛЮБИМЫЕ
АВТОРСКИЕ РЕЦЕПТЫ
ТРАВЯНОГО ЧАЯ**

Чай
"Весенний"

курага, монарда, кармада,
долька мандарина, рябина,
календула



Чай
"для посылелок"

малина- 1 ст. л.
цвет черемухи-1 ст. л.
иван-чай или цейлонский чай-1 ст. л.



Чай "Здоровое сердце"

абрикос -1 ст л
изюм - 1 ст л
Иван-чай- 1ст.л
мелисса -1 ст л



Чай "Душистый"

иван-чай -1 ст л
ветка смородины
мелисса



Чай "Здоровое сердце"

Чернослив -3-4 шт
Курага -3-4 шт
изюм- 1 ст л
Иван-чай- 1ст.л
рябина -1 ст л
гречишный чай- 1 ст л



Чай "Релакс"

цейлонский чай или иван-чай-1стл
лепестки роз 1 ст л.
смородина
яблоко- 1 долька
апельсин - 1 долька



Чай

"Для иммунитета"

имбирь- 2 дольки
облепиха- 1 ст л.
мелисса, василек, мята,
шалфей- - 1ст. л.
индийский чай или иван-чай- 1 ст л
На 0.5 литра горячей воды 70-80 гр.



Чай
"Лавандовый"

лавандовый сахар- 1 ч.л
курага - 3 шт
облепиха- 1 ст л.
корица - 1/2 ч. л.
индийский чай или иван-чай

