

Frühlingstee

ZUTATEN

- Frühlingskräuter: zB Löwenzahn, Gänseblümchen, Schlüsselblumen, Veilchen, Brennessel, Blätter von Himbeeren, Brombeer, Erdbeere,...
- Alternativ einen grüner Tee oder, was du gerade an Kräutertee zuhause hast ;)

ZUBEREITUNG

- Wasser kochen
- Lose Kräuter entfalten sich gern frei und tanzend im Wasser. Nach ein paar Minuten mit einem Sieb abseien oder durch ein Sieb aufgießen
- Oder eben so, wie es in der Beschreibung steht :)



belebend &
erfrischend

