



מתוך אתר pixabay

תה צמחים מפנק לימים קרירים

מצרכים

סוכר

מים

עלים של צמחי תה : זוטה לבנה, נענע, אזוב, מרווה משולשת, כתלה ועוד

ציוד

כירה וקרשים

גפרורים מצית

סיר גדול עם מכסה או קומקום

מצקת

כוסות רב פעמיות אישיות

דרך ההכנה

1. מרתיחים את המים
2. שותפים את העלים
3. אחרי הרתיחה ומעט לפני סיומה מוסיפים את העלים
4. מוסיפים סוכר לפי הטעם

בתיאבון

הערה: אל תמהרו להשתמש בצמחים שזהותם אינה ידועה לכם!