



K prameni
zdraví

Jarní bylinková jízda

DETOXIKAČNÍ ČAJOVÁ SMĚS

POTŘEBUJEŠ



- sušenou nať kopřivy
- sušené květy sedmikrásky
- sušené květy fialky
- sušené listy pampelišky
- sušenou nať ptačince
- látkový pytlík z přírodního materiálu

POSTUP

01

Všechny
sušené bylinky
smíchej
stejným dílem.

02

Pokud Ti některá z
bylinek chybí,
nevadí, ve směsi ji
vynechej.

03

Ulož do
plátěného pytlíku,
skladuj v suchu.
Pro přípravu čaje
spař 1 lžičku směsi
na 250 ml vody.



K prameni
zdraví

Chceš se toho ode mě naučit víc?

Přidej se do kurzu

BYLINKOVÁ REVOLUCE!

