



Verwarmende kruidnagelthee

Ingrediënten:

- 1 liter kokend water
- 20 dunne schijfjes gember
- ½ tl fenegriekzaad
- 5 zwarte peperbolletjes
- 2 kruidnagels stokje kaneel
- 2 tl venkelzaad

Bereiding:

Voeg alle kruiden toe aan het water. 10 minuten koken en dan drinken.

