



Salie Thee

Salie of salvia, is familie van de Rozemarijn en Munt en is al van oudsher bekend als geneeskrachtig kruid. Zo wordt je geheugen beter van dit plantje. En Salie barst van de Vitamine K... Slecht 4,5 gram salie is al genoeg voor de ADH.

Ingrediënten:

10 blaadjes salie(vers of gedroogd)
1 liter kokend water

Bereiding:

Doe de blaadjes in een theepot en giet het water erop. Laat even trekken. En klaar!

