



Unesco Nacionalni projekt: Vzgajamo zelišča: »V starem iščemo novo«

ZELIŠČNI ČAJ

SESTAVA :

- Planinska zelišča (materina dušica, slez...)
- Sivka
- Meta
- Ameriški slamnik
- Citronska kislina
- Limonska trava
- Žafranika
- Poprova meta
- Ognjič
- Vrtnica
- Kamilica

NAČIN PRIPRAVE :

V kozico nalijemo 1l vode, dodamo 2 jedilni žlici mešanice čaja.

Postavimo jo na štedilnik in premešamo, da zavre. Ko zavre kozico odstavimo iz ognja, pustimo namočeno še 10 min.

Nato čaj precedimo v skodelico po želji dodamo žličko sladkorja ali meda ter malo sveže stisnjene limone in postrežemo.

