

### **ВЕТРОГОННЫЙ ЧАИ 1**

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять по 2 столовых ложки с верхом мяты перечной и корня валерианы, 20 г плодов фенхеля.

Для того чтобы приготовить такой ветрогонный чай, нужно все компоненты лекарственного сбора измельчить и хорошо перемешать. Потом взять 2 столовые ложки с верхом травяной смеси и залить стаканом крутого кипятка. Заваривать как чай. Дать настояться в течение 20 минут и процедить. Принимать чай нужно утром и вечером по 200 г.

### **ВЕТРОГОННЫЙ ЧАИ 2**

Для приготовления данного чая необходимо взять по 1 столовой ложке травы душицы и плодов [тмина](#), 40 г ромашки.

Целебный сбор нужно измельчить и перемешать. Затем необходимо взять 1 столовую ложку с верхом травяной смеси и залить 200 г крутого кипятка и настоять до охлаждения чая. Процедить. Принимать такой лечебный чай необходимо по 1/2 3 раза в день.

### **ВЕТРОГОННЫЙ ЧАИ 3**

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять по 2 столовых ложки с верхом мяты, [ромашки](#) и плодов тмина, 20 г корня валерианы, 60 г плодов фенхеля.

Компоненты этого травяного сбора нужно хорошо измельчить и перемешать. Затем нужно взять 2 столовые ложки этой измельченной смеси и заварить 200 г кипятка. Дать настояться 20 минут, а потом процедить. Принимать чай необходимо по 200 г утром и вечером.