

СЛАБИТЕЛЬНЫЙ ЧАИ 7

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять 6 столовых ложек александрийского листа, по 5 столовых ложек коры крушины и ягод жостера, по 2 столовых ложки плодов аниса и корня солодки.

Все подготовленные компоненты необходимо измельчить и перемешать. Взять столовую ложку полученной смеси и заварить в 200 г кипящей воды. Дать настояться в течение 20 минут. Процедить через марлю и принимать по 1/2 стакана на ночь.

СЛАБИТЕЛЬНЫЙ ЧАИ 8

Для приготовления данного чая необходимо взять 8 столовых ложек коры [крушины](#), по 1 столовой ложке плодов кориандра и корня солодки.

Подготовленные компоненты нужно измельчить и тщательно перемешать. Затем взять 1 столовую ложку смеси и заварить в стакане кипящей воды. Нужно кипятить 10 минут и процедить через марлю. Принимать по 1 стакану на ночь

СЛАБИТЕЛЬНЫЙ ЧАИ 9

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять 120 г коры крушины, по 40 г листа трифоля и тысячелистника, 20 г плодов тмина.

Все подготовленные ингредиенты необходимо измельчить и перемешать. Затем взять 1 столовую ложку смеси и заварить в 200 г кипящей воды. Прокипятить в течение 10 минут. Процедить и принимать по 200 г на ночь.