

ПОТОГОННЫЙ ЧАИ □ 4

Для приготовления данного чая, нужно взять по 2 столовых ложки цветков [липы](#) и листьев мать-и-мачехи.

Цветки перемешать с измельченной травой. Взять 2 столовые ложки этого сбора и залить 0,5 л крутого кипятка. Дать настояться в течение 10 минут. Процедить и пить как чай.

ПОТОГОННЫЙ ЧАИ □ 5

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять по 1 столовой ложке плодов малины и аниса, коры ивы и листьев мать-и-мачехи.

Все подготовленные компоненты целебного сбора нужно измельчить и хорошо перемешать. Взять 40 г полученной смеси и залить 0,5 л крутого кипятка. Дать настояться в течение 10 минут и потом процедить. Этот чай нужно пить также при гриппозном состоянии и ревматизме по 1/2 стакана 4 раза в день.