

БРУСНИЧНЫЙ ЧАИ

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять по 50 г ягод брусники и плодов шиповника, мед.

Ягоды и плоды нужно хорошо измельчить и перемешать. Потом взять 1 столовую ложку готовой смеси и высыпать в термос. Эту смесь нужно залить 1/2 л крутого кипятка, перемешать и дать настояться до утра. Утром процедить готовый чай и принимать его по 1/2 стакана 3 раза в день, добавляя мед по вкусу.

БРУСНИЧНЫЙ ЧАИ С МЕДОМ

Для приготовления такого чая, нужно взять по 150 г брусники и меда, 1 л воды. Ягоды нужно промыть и хорошо отжать сок. Полученные выжимки нужно залить кипящей водой, перемешать и поставить на огонь. Проварить в течение 5 минут. Полученный чай нужно процедить, охладить и добавить мед. Мед нужно растворить в чае и добавить ранее выжатый сок. Все хорошо перемешать и полученный чай нужно выпить в течение 2 дней.

БРУСНИЧНО-МЕДОВЫЙ ЧАИ

Для того чтобы приготовить этот чай, необходимо взять 5 чайных ложек листьев брусники и 5 чайных ложек меда.

Листья нужно измельчить. Взять 1 чайную ложку измельченных листьев и залить 1 стаканом кипятка. Дать настояться в течение часа. Потом чай нужно процедить и добавить в него 1 чайную ложку меда. Все перемешать и чай готов к употреблению.