



RECEPTI ZA ČAJE



Beiser, Čaji iz zelišč in sadežev

Sestava čaja

Osnovno zelišče (1 do 2): 50%

Polnilno zelišče: 15 %

Aromatično zelišče: 20%

Okrasne rastline: 15 %

Čaj za zbranost:

Osnovni zelišči: bazilika, rožmarin

Polnilno in hkrati aromatično: melisa

Okrasno: gozdni slezenovec

Čaj za izkašljevanje:

Osnovno in hkrati polnilno: ozkolistni trpotec

Polnilno in hkrati aromatično: lipovo cvetje

Okrasno in hkrati aromatično: materina dušica



Čaj za lahko noč:

Osnovni; baldrijan, hmelj

Polnilno in hkrati aromatično: melisa

Okrasni in hkrati aromatični; kamilica, prava sivka

Krepčilni čaj:

Osnovno ter hkrati polnilno in aromatično: lipovo cvetje

Polnilno: listi leske

Okrasni zelišči: plodovi šipka, vrtnični cvetovi

Čaj iz travniških cvetic

Osnovno in hkrati polnilno: ozkolistni trpotec

Aromatično in hkrati okrasno: rman

Okrasne rastline: črna detelja, gozdni slezenovec, marjetica

Otroški čaj:

Osnovni in hkrati polnilni in aromatični: melisa, citronka

Okrasna: ognjič, sončnica, kamilica

Aromatični: meta, komarček