

Agni stärkender Gewürztee



Agni stärkender Gewürztee

500 ml Wasser

1 Tl Fenchelsamen

1 Tl Koriandersamen

1 Tl Kreuzkümmelsamen

Lasse die Gewürze ca. 10 Minuten auf mittlerer Stufe kochen. Giesse die Gewürze ab und genieße den Tee am besten gleich morgens.

Der Tee hat eine verdauungsfördernde, entkrampfende und antibakterielle Wirkung.



YOGA & AYURVEDA
suryaya