



THEE MIX



INGREDIËNTEN



Tisane' is een betere benaming dan thee. Tisane is het officiële woord voor kruidenaftreksels in water. Er wordt dus geen gebruik gemaakt van theestruikbladeren.

Dit wordt ook wel een 'infusie' of 'kruidenthee' genoemd.

DIT HEB JE NODIG:

- Verschillende soorten gedroogde kruiden, zaden of bessen zoals brandnetel, paardenbloem, vlierbes, vlierbloesem, venkelzaad, rozenblaadjes, tijm etc.

KEUKENSPULLEN

- thee-ei of theezakjes

ZO MAAK JE HET:

Mix verschillende soorten kruiden door elkaar.

Slaapthee



Citroenmelisse



Lavendel



Roos



Citroenverbena

Anti-Hoestthee



Salie



Tijm



Na-het-eten thee



Venkel



Munt



Rozemarijn

