



## Amazonas Rindentee richtig zubereiten.....

Bereiten Sie am besten immer einen Liter für den Tag vor.

2TI Rindentee in 1,2 Liter Wasser 5 Minuten richtig kochen lassen.

Während des Kochens am besten mit einem Kartoffelstampfer mehrmals das Gehölz zerdrücken um den wirklichen Saft heraus zu holen.

Nach dem Kochen, auf der Platte runter drehen auf null und 20 Minuten ziehen lassen.

Wenn gewünscht, süßen mit Honig oder 3 Tabs Stevia. (Jedoch gewöhnt man sich sehr schnell an den Geschmack, meist schon nach der zweiten Tasse!)

Nun noch einen Spritzer Zitronensaft in den Topf hin zu geben um alle Mineralstoffe heraus zu lösen.

Wohl bekommt´s und beste Gesundheit wünschen wir Ihnen.

(Tipp: den Tee Sud können Sie nun noch einmal aufkochen mit 500ml Wasser. Unser Tee ist sehr ergiebig)

*Frank Graf von Kronenberg*