

# CHÁ NATURAL RELAX

## INGREDIENTES

4 folha de erva-cidreira picadas 350 de água açúcar a gosto

## MODO DE PREPARO

Ferva as folhas na água e espere de 3 a 4 minutos até que a água comece a mudar de cor. Coe e adoce. Esse chá é um ótimo calmante, além de ajudar a dormir bem.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25122-cha-natural-relax.html>