CHÁ RELAXANTE

INGREDIENTES

500 ml de água filtrada

1 xícara de chá de folhas de hortelã

1/2 xícara de chá folhas de erva-cidreira (pode usar o sachê para chá)

açúcar ou adoçante a gosto

MODO DE PREPARO

Ferva a água.

Em seguida, adicione hortelã e a erva-cidreira.

Desligue o fogo.

Adoce de sua preferência e sirva quente.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/27758-cha-relaxante.html