

Herbatka z fiołkow

Fiołek trójbarwny ma właściwości moczopędne, dlatego poleca się go stosować przy kamicy moczowej i uszkodzeniu nerek oraz pomaga w leczeniu trądziku.

Do herbatki można też dodać młode listki fiołka, jednak ja użyłam wyłącznie kwiatów.

Polecam też zrobić cukier fiołkowy.

Herbatka z fiołków
inspiracja



garść kwiatów fiołka z listkami
szklanka wrzątku
2 łyżki soku z pomarańczy

łyżeczka cukru

Kwiaty fiołka zalać wrzątkiem i zostawić na 5 minut pod przykryciem.

Dodać sok wyciśnięty z pomarańczy (lub cytryny) oraz cukier i pić na zdrowie.

