

Tisane détox citronnelle, gingembre et fleurs de camomille

Pour 1 théière

Préparation : 5 min à 10 min

Ingrédients :

- 1 CS de fleurs de camomille
- 1 petite racine de gingembre
- citronnelle séchée

Faire bouillir de l'eau et ajouter les fleurs de camomille, le gingembre découpé finement puis la citronnelle.
Servir chaud ou placer au frais.



Votre tisane est prête !

Astuce : La faire au cours de l'année et surtout après un repas ou goûter chargé.