Megnyugtató melegség

Írta: Huszti Bettina
2014. október 01. szerda, 07:57 - Módosítás: 2014. október 01. szerda, 09:30



Vacogva húzod összébb magad, miközben érzed, hogy a hátadon lassan felkúszik a hideg. Összefonod a karjaidat is magad előtt, és szorosan összeszorítod a fogadat, nehogy összekoccanjanak a fogaid. Arra gondolsz, milyen messze van még az otthonod, de olyan jó lenne m ár egy kis meleg. Akár egy forró tea is megtenné…

Hazánkban sokféle teát lehet kapni az előre legyártottól a valódi gyógynövényekig vagy a filteresektől a komolyabb tealevelekig és leforrázott gyümölcsökig. Mindegyiknek megvan a maga ízvilága és mindegyiket más-más időszakokban isszuk szívesen.

Talán még egy előre palackozott teát a forró nyári napokon örömmel fogyasztunk, addig egy hűvösebb napon még a gondolattól is kiráz minket a hideg, hogy megigyuk. De akkor mi a helyzet, ha beköszönt az ősz, és valami igazán melegre vágyunk?

A választék még ilyenkor is bőséges. Mindenféle teák tűnnek fel a reklámokban a klasszikus fekete vagy citromos teától a különleges joghurtosokig. Ma már bármilyen filteres teát beszerezhet bárki a legközelebbi üzletben viszonylag olcsó áron. De mi a helyzet, ha valaki nem csak finomat, hanem egészségeset is szeretne inni?

Ezekre az esetekre ott vannak a különféle teafüvek és gyümölcsök, melyek forrázatából még édesítőszer és citrom nélkül is hihetetlenül finom teák készíthetőek. Persze az árak itt is változóak, hiszen a kertből leszedett diófa- vagy csalánlevéltől a különféle teakülönlegességekig a határ a csillagos ég. Ám az egyszerű, könnyen beszerezhető levelekből is nagyon finom tea készíthető, melyek kitűnőek sokféle egészségügyi problémára.

Íme néhány:

Borsmenta





Megnyugtató melegség

Írta: Huszti Bettina
2014. október 01. szerda, 07:57 - Módosítás: 2014. október 01. szerda, 09:30

