

Ostropest plamisty Herbatka ziołowa – 330g – BiFix

Ostropest plamisty Herbatka ziołowa – 330g – BiFix

Owoc ostropestu plamistego przyczynia się do ochrony wątroby, wspierając jej prawidłowe funkcjonowanie. Wspomaga proces trawienia. Pomaga również utrzymać fizjologiczną równowagę cukrów.

Składniki:

mielony owoc ostropestu plamistego (*Silybi mariani fructus*).

Sposób parzenia:

Łyżeczkę mielonego ostropestu wsypać do filiżanki. Zalać wrzątkiem i przykryć. Parzyć około 7-10 minut. Zmielone ostropest można również spożywać bezpośrednio, np. jako dodatek do sałatek, jogurtów, kanapek.