



Rooibos

Rooibos



Rooibos je pijača, ki razsvetljuje razpoloženje in prinaša sonce ne glede na vreme.

Rooibos, sonce v skodelici



Kje raste?

V Južni Afriki

Kaj pomeni?

Rdeči grm



Rooibos, sonce v skodelici



Kako smo ga odkrili?

1994 Konec apartheid.

Nemci so ga uvažali.



Rooibos, zadovoljstvo dobrega razpoloženja



Učinkovanje:



- Antioksidant.
- Za zdravo ožilje in srce.
- Ščiti jetra.
- Spodbudno vpliva na prebavo.
- Dviguje razpoloženje, je antidepresiv.
- Razkužuje.
- Blaži alergije.
- Za lepšo polt, zdravo kožo.
- Pomlajuje možgane ali vsaj zavira njihovo staranje.
- Blaži vnetja sluznic.
- Proti zaprtosti.
- Odpravlja črevesne krče, predvsem pri dojenčkih.

Priprava



1. Prvi preliv pripravimo z vrelo vodo, pustimo 3-5 min.
2. Iste lističe prelijemo z novo skodelico vode, zavremo in na nizkem ognju kuhamo približno 10 min.



Rooibos pijemo vsaj šest tednov zapored 2-3 dnevno in se po dveh tednih veselimo razlik.

ČAS ZA ČAJ, ČAS ZASE



Hvala!