

# Spidskommen, Koriander og Fennikel Te

*Denne forfriskende og yderst simple te har mange healende fordele for dit fordøjelsessystem, herunder hjælper den både på at reducere halsbrand, reflux, oppustethed og luft i maven.*

## INGREDIENSER

14 tsk hele spidskommen frø  
14 tsk hele korianderfrø  
14 tsk hele fennikelfrø  
3,5 dl vand

## FREM GANGSMÅDE

Bring vandet i kog, og tilsæt spidskommen, koriander og fennikel.  
Lad teen trække i fem minutter eller indtil teen afkøles til den ønskede drikketemperatur.

Si teen, kasser krydderierne og Værsgo :)

