



Potion anti-déprime

Catakombes



Ingrédients

- 1 L d'eau
- 6 g de fleurs de basilic fraîches ou de feuilles de basilic séchées

Préparation

- Dans une casserole, faire bouillir 1 L d'eau pure.
- Ajouter 6 g de fleurs de basilic et laisser bouillir 3 min.
- Éteindre le feu et laisser infuser 3 min de plus.
- Filtrer et verser dans un thermos pour boire la tisane toute la journée!

1 L par jour de cette décoction peut combattre les symptômes de la dépression en quelques semaines.

Pas de déprime cet

Pour de ~~Automne!~~ dernières idées et rencontrer les passionnés, rendez vous sur zodiosphere.fr