

CHÁ PARA O SISTEMA IMUNOLÓGICO

INGREDIENTES

1 e 1/2

litro de água

3 colheres de açúcar

4 fatias finas de abacaxi bem picadinho

metade das cascas do abacaxi

10 g de gengibre ralado

polpa de 2 maracujás azedos

4 dentes de alho bem picadinhos

2 maçãs bem picadinhas

mel

limão a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque a água para ferver e adicione todos os ingredientes

Quando começar a levantar fervura, deixe por mais 5 minutos e desligue o fogo

Mantenha o caldeirão ou panela tampado

Aguarde uns 5 minutos, sirva na xícara com um pouquinho de mel e adicione algumas gotas de limão

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/786-cha-para-o-sistema-imunologico.html>