



Brandnetelthee maken

Benodigdheden:

- enkele blaadjes en toppen van de brandnetel
- handschoenen
- scherp mesje
- snijplank
- theepot
- kokend water
- zeefje
- kopje/glas



Hoe aan de slag:

Pluk wat blaadjes en/of toppen van een brandnetel.

Doe dit voorzichtig en trek handschoenen aan.

Was het geplukte goed en snijd fijn.

Doe de gesneden brandnetel in een theepot.

Giet hier kokend water op en laat even trekken.

Pak een zeefje en schenk je thee.

Tip:

Wil je graag een smaakje, dan kun je het volgende toevoegen:

sap van een citroen, gember, munt, schil van een sinaasappel, citroen of mandarijn, kaneel. Dit zijn wat voorbeelden, maar je kunt natuurlijk zelf ook allerlei smaakjes uitproberen.