

Идет пора заготовки лечебных трав, а среди самых популярных и доступных для заваривания

с давних времен славится кипрей или Иван-чай.



Очень полезны его свойства. Нужно только найти место для сбора подальше от дорог и промышленных объектов.

Ферментировать лист можно разными способами и засушить. Здоровье поправляет не только вкус этого целебного напитка но и процесс сбора и заготовка листа и цветов.