

Recette offerte par "Forêts et Papilles"

Breuvage au chaga et au sapin baumier de Maude !

Maude est une cliente fidèle qui a partagé avec nous son secret pour déguster le chaga. Merci pour ce partage !

Le chaga : la fontaine de jouvence de notre forêt québécoise!

Ce champignon médicinal pousse sur les bouleaux blancs ou jaunes, il est récolté manuellement, séché à basse température afin de conserver ses précieux nutriments. Il est considéré comme un adaptogène. Il contiendrait 25% d'antioxydants, dont le super oxyde-dismutase (qui protège le corps des radicaux libres!). Très connu en Chine, en Russie et en Europe du Nord où il est considéré comme un super aliment!

Reconnu comme : anti-inflammatoire, antiviral, antifongique, anti tumoral. Le chaga aurait aussi la faculté d'équilibrer le taux de sucre dans le sang.

Ingrédients :

- 1 belle cuillerée à café de poudre de chaga de Forêts et Papilles
- Une pincée de poudre de Sapin baumier de Forêts et Papilles
- Gingembre frais ou en poudre



Méthode :

- Versez le chaga dans l'eau bouillante et laissez reposer 5 minutes
- Filtrez dans une tasse
- Ajoutez du gingembre frais râpé ou 2 pincées en poudre

Alors, qu'en pensez-vous ?

Forêts
&
Papilles

Délicieuse de nature

