



# Comment utiliser les QUEUES de CERISES?

## TISANE DE QUEUES DE CERISES Simple & apaisant



### RECETTE

- ½ poignée de queues de cerises
- 1 l eau

### PRÉPARATION

1. Étaler les queues de cerises sur une plaque à gâteau et laisser sécher au soleil. Après environ 1–2 jours, les queues sont entièrement sèches, selon la chaleur et l'intensité du soleil.  
**Remarque:** si l'on utilise des queues de cerises récoltées par soi-même pour faire du thé, il faut veiller à ce que les queues soient bien séchées. Sinon, il y a un risque de moisissure.
  2. Mettre les queues de cerises dans une grande théière, verser de l'eau bouillante dessus et laisser tirer pendant environ 15 minutes.
  3. Ensuite, passer à travers une passoire à thé ou retirer les tiges.
- La tisane peut être dégustée chaude ou froide.

### TIPS:

- Conserver le reste de queues de cerises séchées dans un récipient hermétique.
- La tisane peut être légèrement sucrée avec du miel local.
- Tu peux laver et sécher les noyaux de cerises et les utiliser comme coussin de noyaux de cerises ou comme butoir de porte.

ensemble.compétentes.engagées.  
**Nous, les  
femmes  
de l'espace  
rural.**  
paysannes.ch



FLAVIA URSPRUNG