

## Getränk - Basilikum-Kardamom-Getränk

<b>Getränk - Basilikum-Kardamom-Getränk – für 1 Becher</b>	
1 TL Kardamomschoten	Im Mörser zerstoßen
1 EL Basilikum, getrocknet 1/8 l Wasser	Alle Zutaten 20 Minuten lang zum Kochen bringen und dann abseihen.
Einen Becher am Morgen und einen am Nachmittag trinken.	
Dieses Getränk versorgt dich mit Energie, ohne dass der Organismus geschädigt wird oder nach einem „Hoch“ ein „Tief“ einsetzt.	