



domenica  
18 marzo 2012  
**TERRE  
OSPITALI**

# CEAI DE TEI Romania

## CEAI DE TEI

Il tè che si consuma in Romania è un'infusione ottenuta dalle **foglie e dai fiori del tiglio**.

La pianta, diffusa in tutto il mondo, produce fiori odorosi disposti in numerosi e folti ciuffetti.

Tutte le parti della pianta hanno **proprietà medicinali**, ma in particolare l'infuso di foglie e fiori è efficace come antipiretico, soprattutto nei bambini, nella cura del raffreddore e dei disturbi del sonno.



## COME SI PREPARA

Per realizzare un ottimo infuso di tiglio è necessario poter disporre di foglie e fiori secchi o freschi che devono essere messi in infusione in acqua molto calda ma non bollente. La miscela deve rimanere in infusione per circa 15 minuti fino a quando il liquido assume un colore giallo- ruggine. A questo punto si lascia raffreddare un po' e poi si filtra. Quando il liquido diventa rosso-marrone intenso il tè non si beve più perchè diventa tossico. E' preferibile consumare l'infuso senza zucchero o altri dolcificanti

## COME SI CONSUMA

Il **Ceai de tei** si consuma caldo e si degusta con lentezza in compagnia degli amici, spesso accompagnato da un dolce casalingo e da una bella chiacchierata.

*Anca Totolici*