

## Tisane bien-être urinaire

**Catégorie :** Tisanes santé

**Type de préparation :** Infusion

**Temps de préparation :** 15 min

**Bienfaits :** Dépurative, Purifiante, Diurétique

### Les ingrédients

Pour 1 L



Bruyère Sommités fleuries Bio  
4 c. à s.



Sureau Fleurs Bio  
4 c. à s.



Sauge Feuilles Bio  
4 c. à c.

### La préparation

#### Étape 1

Infusez votre mélange de plantes dans 1 L d'eau bouillante pendant 15 minutes maximum.

#### Mode d'emploi

Buvez votre préparation tout au long de la journée, entre les repas.

#### Les astuces

##### Astuce de l'expert

En cas d'infection, buvez votre infusion en cure active de 10 jours, de préférence entre les repas.