



# Chá de frutas vermelhas

## Ingredientes (para 1 porção)

1 L de água ou chá de gengibre

Um punhado de framboesas

Um punhado de mirtilos

---

## Preparo

1. Aquecer a água em um recipiente até que comece a ferver. Adicionar as frutas vermelhas e retirar do fogo.
2. Tampar com um prato e deixar em infusão por alguns minutos.

3. Coar, se preferir, e servir.