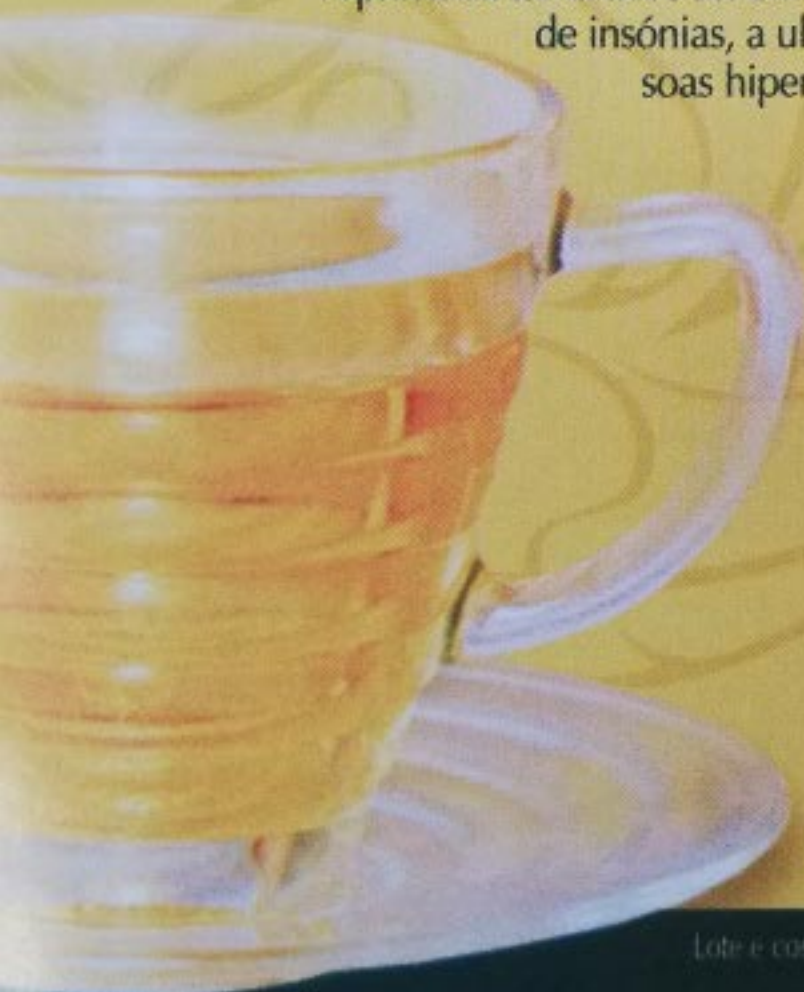


**Ingredientes:** *Camellia sinensis*, Chá verde 100%.

**Preparação:** A preparação do chá verde difere um pouco dos chás tradicionais. O chá não deve ferver, para não produzir um gosto amargo. Portanto, após a fervura da água, adicione 2 colheres de sopa, de planta, e deixe repousar apenas 3 minutos. Evite utilizar utensílios de metal, para não alterar o sabor do seu chá. Para melhorar e variar o sabor do chá verde pode combiná-lo com outras plantas, como cidreira, hortelã, camomila, erva doce, sem interferir na sua eficácia. Se pretender, pode adoçar com uma colher de chá de mel.

**Recomendações:** Beber 5 a 6 chávenas ao longo do dia. Num máximo de até 1,5litro.

A primeira toma deve ser em jejum e morno, as restantes, no intervalo das refeições quente ou frio. Em casos de insónias, a ultima toma deve ser no máximo até às 17 horas. Não deve ser tomado por pessoas hipertensas e com gastrites (nestes casos optar pelo chá vermelho).



**Importante:** Não aconselhável tomar durante a gravidez e o período de lactação. Sempre que possível, procure orientação de um profissional de saúde. Conservar a embalagem bem fechada em local seco e a temperatura inferior a 25°C. Manter fora do alcance das crianças.

Embalado por R.G.S.: 25.01799/BI na E.U. para:

**IGNORAMUS, Produtos Naturais, Lda.**

Zona Industrial da Murteira, lote 6

2135-311 Samora Correia

[www.ignoramus.pt](http://www.ignoramus.pt)



Solicite folheto informativo GRÁTIS

Gabinete de Apoio ao Consumidor



263 659 453

[consumidor@ignoramus.pt](mailto:consumidor@ignoramus.pt)



cartão



plástico



Lote e consumir de preferência antes do fim de viver embalagem