



**Kräuter zur Zubereitung  
eines Kräutertee-Auszuges mit  
leicht bitterem Geschmack**

**Herbes pour la préparation  
d'un extrait de tisane  
au goût légèrement amer**

**Erbe per la preparazione  
di estratto di tisana con un leggero  
gusto amaro**

**Hierbas para preparar  
extracto de té de hierbas con un  
sabor ligeramente amargo.**

**Herbs for the preparation  
of herbal tea extract with light  
bitter taste**

أعشاب لتحضير مستخلص  
الشاي العشبي بطعم خفيف ومر

autorisiert durch:  
Autorisé par  
Autorizzato da

*René Alexander*®



**Flor·Essence®**

**Kräuter zur Zubereitung  
eines Kräutertee-Auszuges mit  
leicht bitterem Geschmack**



**Flor·Essence® ist eine Mischung aus acht  
wertvollen Kräutern und Pflanzenteilen.  
Die Original-Rezeptur stammt aus dem  
Erfahrungsschatz der Ojibwa Indianer Kanadas.  
Flor·Essence® wurde durch die legendäre  
René Caisse und die Radio-Reporterin Elaine  
Alexander weit über die Grenzen Kanadas  
hinaus bekannt.**

Durch die Zubereitung des Kräuter-Auszuges erhalten Sie ein  
Kräutergetränk für Ihren täglichen Genuss.  
**Packungsinhalt:** 3 Portionsbeutel à 21 g  
Ein Portionsbeutel ergibt einen Auszug von circa 1 Liter  
Flor·Essence®. Diese Menge reicht für etwa 2-3 Wochen.  
Sobald Sie den Liter Flor Essence aufgebraucht haben,  
bereiten Sie den nächsten Beutel zu und danach den dritten.  
Somit reicht Ihnen eine Packung Flor Essence mit drei  
Portionsbeuteln für 6-9 Wochen.

**Zubereitung von Flor·Essence®:**  
Man kocht immer nur einen Portionsbeutel, damit die  
Tee-Essenz stets frisch genossen werden kann.

1. Verwenden Sie einen mittelgroßen Kochtopf mit Deckel.
2. Füllen Sie den Topf mit 1¼ Liter Trinkwasser.
3. Den Inhalt eines Portionsbeutels hinzugeben, umrühren,  
den Topf abdecken und das Wasser zum Kochen bringen.
4. Den Kräutertee nun circa 15 Minuten bei geringer Hitze  
zugedeckt leicht sieden lassen.
5. Danach den Topf von der Kochplatte nehmen. Die  
Kräuterreste unter dem Deckel und am Topfrand wieder in  
die Flüssigkeit einrühren.
6. Den Topf wieder zudecken und den Kräutertee  
10-12 Stunden bei Raumtemperatur ziehen lassen.  
**Tipp:** Einfach abends kochen und über Nacht  
stehen lassen.
7. Am nächsten Morgen kochen Sie den Auszug noch einmal  
kurz auf. Danach lassen Sie ihn einige Minuten stehen,  
damit sich die Kräuter absetzen können.

8. Filtern Sie den Kräutertee durch ein grobes Sieb und füllen  
Sie den Inhalt in eine vorgewärmte 1-Liter-Glasflasche. Achten  
Sie darauf, das Sieb, die Flasche und den Deckel vorher mit  
kochendem Wasser zu sterilisieren. Eventuell vorhandene  
Schleim- oder Faserstoffe sind charakteristisch für Flor-Essence  
und tragen zu seiner Qualität bei. Wenn Sie keinen Bodensatz  
mögen, empfehlen wir Ihnen, stattdessen ein feines Sieb zu  
verwenden. Vergessen Sie nicht, es vorher mit heißem Wasser  
zu sterilisieren.

9. Die warme Glasflasche verschließen, abkühlen lassen und  
danach im Kühlschrank lagern. Es sollte kein Vakuum in der  
Flasche entstehen, daher nochmals kurz öffnen, bevor man die  
Flasche in den Kühlschrank stellt. Bitte achten Sie darauf, den  
zubereiteten Tee immer kühl aufzubewahren. Nicht einfrieren!

10. Trinken Sie den Tee innerhalb von drei Wochen nach der  
Zubereitung. Sollte die Flasche länger als 24 Stunden geöffnet  
und ungekühlt gelagert worden sein, muss der Tee entsorgt  
werden.

**Tipp:** Für Alleinstehende oder Einzelpersonen empfiehlt es  
sich, den Auszug in zwei 500-ml Glasflaschen abzufüllen.  
Dadurch verlängert sich die Haltbarkeit.

Bitte achten Sie darauf, dass die Flaschen innen vollkommen sauber  
sind. Bestens geeignet sind Eimachgläser oder Milchflaschen, weil  
sie gut mit einer Flaschenbürste gereinigt werden können.

**Anwendungsempfehlung:**  
Schütteln Sie den Tee-Extrakt vor Gebrauch gut durch. Für den  
optimalen Genuss verdünnen Sie 30-60 ml (2-4 Esslöffel) mit  
der gleichen oder der doppelten Menge an warmem Wasser. Sie  
können den Tee morgens vor dem Frühstück oder abends vor dem  
Schlafengehen trinken. Sie können die tägliche Verzehrmenge auch  
in zwei Gaben aufteilen. Der zeitliche Abstand von 10-15 Minuten  
zum Essen oder der Einnahme anderer Gesundheitsprodukte ist  
sinnvoll. Bitte Flor·Essence® Kräutertee nach der Zubereitung  
im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von drei Wochen  
verbrauchen.

**Zusätzliche Informationen und Tipps für die Zubereitung  
von Flor·Essence®**  
Die sorgfältige Herstellung und die konstante Qualitätskontrolle  
garantieren Ihnen den vollen Genuss dieses wunderbaren  
Produktes. Die Konsistenz und auch die Farbe des Flor·Essence®  
Kräutertees können sich von Charge zu Charge leicht verändern,  
was ein Merkmal von Naturprodukten ist. Auch etwas Kräutersatz  
in dem gefilterten Tee sollte Sie nicht stören. Dabei handelt es sich  
um natürliche Ballaststoffe, die gut für Ihre Verdauung sind.

**Hersteller:**  
**Flora Manufacturing & Distributing Ltd**  
**Burnaby BC V5J 5B9 Kanada**



**Flor·Essence®**

**Herbes pour la préparation  
d'un extrait de tisane  
au goût légèrement amer**



**Flor·Essence® est un mélange de huit herbes et extraits de  
plantes sacrées. La recette originale est issue de la sagesse  
des Premières Nations ojibwées du Canada. La réputation  
de Flor·Essence® a dépassé les frontières du Canada grâce  
à la légendaire René Caisse et à la journaliste radio  
Elaine Alexander.**

La préparation de l'extrait d'herbes permet d'obtenir une tisane qui peut  
être dégustée quotidiennement.  
**Contenu du paquet :** 3 sachets de 21 g  
Un sachet donne environ 1 litre de Flor·Essence®. Cela représente une  
quantité suffisante pour environ 2 à 3 semaines. Une fois que vous aurez  
consommé un litre de Flor·Essence®, utilisez le sachet suivant, puis le  
troisième. Ainsi, un paquet de trois sachets de Flor·Essence® suffit à la  
consommation pendant 6 à 9 semaines.

**Préparation de Flor·Essence® :**  
Ne préparez qu'un seul sachet à la fois, afin que la tisane soit la plus  
fraîche possible.

1. Prenez une casserole de taille moyenne avec un couvercle.
2. Remplissez-la avec 1¼ litre d'eau potable.
3. Ajoutez le contenu d'un sachet.
4. Couvrez et laissez la tisane mijoter doucement pendant environ  
15 minutes à feu doux.
5. Retirez la casserole du feu. Raclez les restes d'herbes de sous  
le couvercle et du bord de la casserole et remettez-les dans le liquide.
6. Couvrez de nouveau la casserole et laissez infuser la tisane pendant  
10 à 12 heures à température ambiante.  
**Conseil :** Procédez à la préparation le soir et laissez-la reposer  
pendant la nuit.
7. Le lendemain matin, faites de nouveau brièvement bouillir l'extrait.  
Ensuite, laissez-le reposer quelques minutes pour que les herbes se  
déposent au fond.

8. Filtrez la tisane à travers un tamis grossier et remplissez-en une  
bouteille en verre d'un litre préchauffée. Veillez à stériliser d'abord le  
tamis, la bouteille et le bouchon avec de l'eau bouillante. La présence  
de mucilages ou de fibres est caractéristique de Flor·Essence® et  
contribue à sa qualité. Si vous préférez qu'il n'y ait pas de sédiments,  
nous vous recommandons d'utiliser plutôt un tamis fin. N'oubliez pas  
de le stériliser d'abord à l'eau chaude.

9. Bouchez la bouteille de verre chaude, laissez-la refroidir et conservez-la au  
réfrigérateur. Il ne doit pas y avoir de vide dans la bouteille, aussi ouvrez-la  
de nouveau brièvement avant de la mettre au réfrigérateur. Veillez à  
toujours garder la tisane au frais. Ne la congelez pas!

10. Consommez la tisane dans les trois semaines suivant sa préparation.  
Si la bouteille a été ouverte pendant plus de 24 heures et conservée sans  
réfrigération, la tisane doit être jetée.

**Conseil :** Si l'extrait n'est consommé que par une seule personne, il est  
recommandé d'en remplir deux bouteilles en verre de 500 ml.

Veillez à ce que l'intérieur des bouteilles soit impeccablement propre. Les  
bouteilles de lait ou les bouchons en verre conviennent parfaitement, car ils  
peuvent être facilement nettoyés à l'aide d'un goupillon.

**Utilisation recommandée :**

Agitez bien l'extrait de tisane avant de le consommer. Pour en profiter le mieux  
possible, diluez en 30 à 60 ml (2 à 4 cuillères à soupe) avec la même quantité  
ou le double de celle-ci d'eau chaude. Buvez la tisane le matin avant le petit  
déjeuner ou le soir avant de vous coucher. Vous pouvez également diviser votre  
consommation quotidienne en deux doses. Il convient d'observer un intervalle  
de 10 à 15 minutes avant de manger ou de prendre d'autres produits de santé.  
Conservez la tisane Flor-Essence® au réfrigérateur après préparation et  
consommez-la dans les trois semaines qui suivent.

**Informations complémentaires et conseils pour la préparation  
de Flor·Essence®**

Une fabrication minutieuse et un contrôle de qualité constant sont la garantie  
que vous aurez le bénéfice d'un excellent produit. La texture et la couleur de  
la tisane Flor-Essence® peuvent varier légèrement d'un lot à l'autre, ce qui  
est une caractéristique des produits naturels. La présence d'un léger résidu  
d'herbes dans la tisane filtrée ne doit pas vous inquiéter. Il est composé de  
fibres naturelles qui aident à la digestion.

**Fabricant :**  
**Flora Manufacturing & Distributing Ltd**  
**Burnaby BC V5J 5B9 Canada**



**Flor·Essence®**

**Erbe per la preparazione  
di estratto di tisana con un leggero  
gusto amaro**



**Flor·Essence® è una miscela di otto erbe ed estratti di  
piante tenute in grande considerazione dalla popolazione  
canadese First Nation Ojibwa, dalla cui saggezza trae  
origine questa ricetta originale. Flor·Essence® ha  
acquisito notorietà ben oltre i confini del Canada grazie  
al leggendario René Caisse e alla radiocronista Elaine  
Alexander.**

L'estratto di erbe consente di ottenere una bevanda a base di erbe che può  
consumarsi quotidianamente.  
**Contenuto della confezione:** 3 bustine da 21 grammi  
Una bustina permette di ottenere circa 1 litro di Flor·Essence®, una  
quantità che può durare per 2-3 settimane. Una volta finito il litro di Flor  
Essence, usate un'altra bustina per prepararne ancora, e infine usate  
anche la terza. Quindi una confezione di tre bustine di Flor·Essence® è  
sufficiente per 6-9 settimane.

**Preparazione di Flor·Essence®:**  
Usate una bustina alla volta, in modo che la tisana che consumate sia la  
più fresca possibile.

1. Prendete un tegame di medie dimensioni che abbia un coperchio.
2. Riempitelo con 1 litro e un quarto di acqua potabile.
3. Aggiungetevi il contenuto della bustina.
4. Coprite e fate bollire la tisana a fuoco lento per circa 15 minuti.
5. Togliete la pentola dal fuoco. Rimuovete i residui di erbe da sotto il  
coperchio e dal bordo della pentola, rimettendoli nel liquido.
6. Coprite di nuovo il tegame e lasciate la tisana in infusione  
per 10-12 ore a temperatura ambiente.  
**Suggerimento:** Preparate la tisana alla sera e fatela riposare per  
tutta la notte.
7. La mattina seguente, fate bollire di nuovo bestratto per un breve  
periodo. Poi lasciatelo riposare per qualche minuto in modo che le erbe  
si depositino.
8. Filtrate la tisana con un setaccio a maglie larghe e versate il contenuto  
in una bottiglia di vetro da 1 litro che avrete precedentemente riscaldato.  
Abbiate cura di preventivamente sterilizzare con acqua bollente il setaccio, la  
bottiglia e il coperchio. Eventuali mucillagini o fibre presenti sono caratteristiche  
di Flor·Essence® e contribuiscono alla qualità della tisana. Se preferite un  
prodotto senza sedimenti, usate un setaccio a maglia fine, anch'esso dopo averlo  
sterilizzato con acqua bollente.

9. Chiudete la bottiglia di vetro ancora calda e lasciatela raffreddare. Poi, prima  
di metterla in frigorifero riaprite brevemente il tappo in modo da evitare che  
nella bottiglia si crei un vuoto. Il preparato deve essere mantenuto freddo, ma  
non deve essere fatto congelare.

10. Consumate la tisana entro tre settimane dalla preparazione. Se la bottiglia  
resta aperta per più di 24 ore in luogo non refrigerato, il preparato non può  
più essere consumato.

**Suggerimento:** Per famiglie di individui singoli, è consigliabile mettere il  
contenuto in due diverse bottiglie di vetro da mezzo litro.

Accertatevi che le bottiglie siano perfettamente pulite all'interno. I barattoli  
di vetro o le bottiglie di latte sono ideali perché si possono pulire facilmente  
con una spazzola per bottiglie.

**Uso raccomandato:**

Agitare bestratto di tisana prima dell'uso. Per un consumo ottimale, diluitene  
30-60 ml (2-4 cucchiari da tavola) in un quantitativo uguale o doppio di acqua  
calda. Lo si può bere al mattino prima della colazione o la sera prima di andare  
a letto. Potete anche suddividere la quantità da assumere giornalmente in  
due dosi. Se ne consiglia bassunzione 10-15 minuti prima di mangiare o di  
assumere altri prodotti per la salute. Dopo la preparazione conservate la tisana  
Flor·Essence® in frigorifero e consumatela entro un massimo di tre settimane.

**Informazioni aggiuntive e consigli per la preparazione di Flor·Essence®**  
La scrupolosa lavorazione e il costante controllo di qualità cui è sottoposto il  
prodotto danno la certezza di fruire di un infuso d'erbe eccellente. La consistenza  
e il colore della tisana Flor·Essence® può cambiare leggermente da lotto a lotto, il  
che è caratteristico dei prodotti naturali. La presenza di un lieve residuo di erbe  
nel preparato filtrato non dovrebbe essere motivo di preoccupazione. Sono fibre  
naturali che favoriscono la digestione.

**Produttore:**  
**Flora Manufacturing & Distributing Ltd**  
**Burnaby BC V5J 5B9 Canada**

DEUTSCH

FRANCAIS

ITALIANO



# Flor-Essence®

Hierbas para preparar extracto de té de hierbas con un sabor ligeramente amargo.



Flor-Essence® es una mezcla de ocho hierbas y extractos de plantas reconocidos desde la antigüedad. La receta original tiene su origen en la sabiduría popular de las personas de las Primeras Naciones Ojibwa de Canadá. Flor-Essence® ha llegado a conocerse más allá de las fronteras de Canadá gracias a la legendaria René Caisse y a la reportera de radio Elaine Alexander.

La preparación del extracto de hierbas crea una bebida herbaria que se puede disfrutar todos los días. **Contenido del paquete:** 3 sobres de 21 g. Un sobre sirve para hacer aproximadamente 1 litro de Flor-Essence®. Esto equivale a una cantidad suficiente para aproximadamente 2 o 3 semanas. Una vez que hayas disfrutado de un litro de Flor Essence, prepara la siguiente bolsa, y luego la siguiente. De esta manera, un paquete de Flor-Essence® de tres sobres es suficiente para un periodo de entre 6 y 9 semanas.

**Preparación de Flor-Essence®:** Prepara solo un sobre cada vez, para disfrutar del té lo más fresco posible.

1. Usa una cazuela mediana con tapa.
2. Llena la cazuela con 1¼ litros de agua potable.
3. Añade el contenido de un sobre.
4. Pon la tapa y deja que el té de hierbas hierva suavemente durante unos 15 minutos a fuego lento.
5. Retira la cazuela del fuego. Empuja los restos de hierbas que hayan quedado debajo de la tapa y en el borde de la cazuela y vuelve a añadirlos al líquido.
6. Vuelve a tapar la cazuela y deja reposar el té de hierbas a temperatura ambiente entre 10 y 12 horas.

**Consejo:** Simplemente prepáralo a última hora y déjalo reposar durante la toda la noche.

7. A la mañana siguiente, vuelve a hervir el extracto brevemente. Después, déjalo reposar unos minutos para que las hierbas se asienten.
8. Filtra el té de hierbas con un colador grueso y vierte el contenido en una botella de vidrio de 1 litro precalentada. Asegúrate de esterilizar primero el colador, la botella y la tapa con agua hirviendo. Si queda algún mucílago o fibra, esto es normal en Flor-Essence® y contribuye a su calidad. Si prefieres que no queden sedimentos, te recomendamos que utilices un colador fino. No olvides esterilizarlo primero con agua caliente.

9. Cierra la botella de vidrio tibia, déjala enfriar y guárdala en la nevera. No debe haber un vacío en la botella, así que ábrela otra vez brevemente antes de ponerla en la nevera. Asegúrate de mantener el té ya preparado frío en todo momento. No lo congeles.

10. Consume el té en un periodo de tres semanas después de prepararlo. Si la botella ha estado abierta durante más de 24 horas y se ha guardado sin refrigeración, debes desechar el té.

**Consejo:** Cuando se prepara para una sola persona, podría ser aconsejable utilizar dos botellas de vidrio de 500 ml.

Asegúrate de que las botellas estén completamente limpias por dentro. Los frascos de vidrio o las botellas de leche son ideales, ya que se pueden limpiar fácilmente con un cepillo para botellas.

**Uso recomendado:** Agita bien el extracto de té antes de usarlo. Para los mejores resultados, diluye 30-60 ml (entre 2 y 4 cucharadas) con la misma cantidad o el doble de agua tibia. Puedes beber el té por la mañana antes del desayuno o por la noche antes de acostarte. También puedes dividir tu ingesta diaria en dos tomas. Una buena sugerencia es que te lo bebas entre 10 y 15 minutos antes de comer o de tomar otros productos para la salud. Por favor mantén Flor-Essence® en la nevera después de prepararlo y consúmelo dentro de un periodo de tres semanas.

**Información adicional y consejos para la preparación de Flor-Essence®** Una cuidadosa producción y un control de calidad fiable son tu garantía para disfrutar plenamente de este maravilloso producto. La textura y el color del té de hierbas Flor-Essence® puede cambiar ligeramente de un lote a otro, lo cual es una característica normal de los productos naturales. La presencia de un ligero residuo de hierbas en el té filtrado no debe ser motivo de preocupación. Se trata de fibras naturales que son buenas para la digestión.

**Fabricante:**  
**Flora Manufacturing & Distributing Ltd**  
**Burnaby BC V5J 5B9 Canada**



# Flor-Essence®

Herbs for the preparation of herbal tea extract with light bitter taste



Flor-Essence® is a mixture of eight revered herbs and plant extracts. The original recipe originates from the wisdom of the Ojibwa First Nations People of Canada. Flor-Essence® has become known far beyond the borders of Canada through the legendary René Caisse and the radio reporter Elaine Alexander.

Preparing the herbal extract will result in a herbal drink which can be enjoyed daily. **Package content:** 3 sachets of 21 g. One sachet makes approximately 1 liter of Flor-Essence®. This amounts to a supply of about 2-3 weeks. Once you have used up the liter of Flor-Essence®, prepare the next bag and after then the third. Thus, one pack of Flor Essence with three sachets is enough for 6-9 weeks.

**Preparation of Flor-Essence®:** Only prepare one sachet at a time, in order to enjoy the freshest possible finished tea.

1. Use a medium-sized saucepan with a lid.
2. Fill the saucepan with 1 ¼ liter of drinking water.
3. Add the contents of a sachet.
4. Cover and let the herbal tea simmer gently for about 15 minutes over low heat.
5. Remove the pot from the heat. Stir the herb remains from under the lid and on the edge of the saucepan back into the liquid.
6. Cover the pan again and let the herbal tea steep for 10-12 hours at room temperature.

**Tip:** Simply cook in the evening and leave to stand overnight.

7. The next morning, briefly boil the extract again. Then let it stand for a few minutes in order for the herbs to settle.
8. Filter the herbal tea through a coarse sieve and fill the contents into a preheated 1 liter glass bottle. Be sure to sterilize the sieve, the bottle and the lid with boiling water first. Any mucilage or fiber that may be present are characteristic of Flor-Essence and contribute to its quality. If you prefer no sediment, we recommend to use a fine sieve instead. Do not forget to sterilize it with hot water first.

9. Close the warm glass bottle, let it cool down and store in the refrigerator. There should be no vacuum in the bottle, so open again briefly before putting the bottle in the refrigerator. Be sure to always keep the prepared tea cold. Do not freeze!

10. Drink the tea within three weeks after preparation. If the bottle has been opened for more than 24 hours and stored without refrigeration, the tea must be discarded.

**Tip:** For single households or individuals, it might be advisable to fill the extract in two 500ml glass bottles.

Ensure that the bottles are entirely clean inside. Glass mason jars or milk bottles are ideal as they can easily be cleaned with a bottle brush.

**Recommended Use:** Shake the tea extract well before use. For optimal enjoyment, dilute 30-60 ml (2-4 tablespoons) with the same or double the amount of warm water. You can drink the tea in the morning before breakfast or in the evening before going to bed. You can also divide the daily intake into two doses. The time interval of 10-15 minutes before eating or taking other health products makes sense. Please keep Flor-Essence® herbal tea in the refrigerator after preparation and consume within three weeks.

Additional information and tips for preparing Flor-Essence® The careful manufacturing and consistent quality control are your guarantee to fully enjoying a wonderful product. The texture and color of Flor-Essence® herbal tea can change slightly from batch to batch, which is a characteristic of natural products. The presence of a light herbal residue in the filtered tea should be no cause of concern. It consists of natural fiber that is good for your digestion.

**Manufacturer:**  
**Flora Manufacturing & Distributing Ltd**  
**Burnaby BC V5J 5B9 Canada**



# Flor-Essence®

أعشاب لتحضير مستخلص الشاي العشبي بطعم خفيف ومر



Flor-Essence® هو خليط من مستخلصات لجائمة أعشاب ونباتات عريفة. تتبع الوصفة الأصلية من حكمة قبيلة أوجيبوا من شعوب الأمم الأولى في كندا. أصبح Flor-Essence® مشهوراً خارج حدود كندا عن طريق رينيه كاسي ا عند تحضير مستخلص الأعشاب سينتج عنه مشروب عشبي يمكن الإستمتاع بتناوله يومياً.

محتوى العلية: ٣ أكياس حجم كل واحدة منها 21 غرام

الكيس الواحد يصنع حوالي ١ لتر من Flor-Essence®. وهذه الكمية كافية لمدة تتراوح من ٢ إلى ٣ أسابيع. حالما تنتهي من إستخدام اللتر الواحد المصنوع من Flor-Essence®, بادر بتحضير الكيس التالي، ثم الكيس الثالث. وهكذا، تكون العلية الواحدة من Flor-Essence® والتي تحتوي على ثلاثة أكياس كافية لمدة تتراوح من ٦ إلى ٩ أسابيع.

**تحضير Flor-Essence®:**

قم فقط بتحضير كيس واحد في المرة الواحدة، لكي تستمتع بأعذب نكهة شاي ممكنة.

1. إستخدم وعاءاً متوسط الحجم مزود بغطاء.
2. ضع 1 ¼ لتر من ماء الشرب في الوعاء.
3. إضف إلى الوعاء محتويات كيس واحد.
4. غطي الوعاء وأترك الشاي العشبي على نار هادئة لمدة حوالي ١٥ دقيقة.
5. قم بإزالة الوعاء من على النار. حرك الأعشاب المتراكمة على الغطاء وحافة الوعاء لإعادتها ثانية إلى المادة السائلة.
6. غطي الوعاء ثانية وأترك الشاي العشبي ينتقع لمدة تتراوح من ١٠ إلى ١٢ ساعة في دراجة حرارة الغرفة.
7. في الصباح التالي، قم بغلي المستخلص برفق مرة ثانية. ثم ضعه جانباً لبعضة دقائق لكي تستقر الأعشاب.
8. قم بتصفية الشاي العشبي بواسطة غربال غليظ وضع المحتويات في قنينة زجاجية سعة لتر واحد مسخنة مسبقاً. تأكد أولاً من تعقيم الغربال والقنينة والغطاء من خلال وضعه في الماء المغلي. أية أنسجة أو فايبر قد يكون موجوداً يعتبر من سمات Flor-Essence® ويساهم في نوعيته. إذا كنت تُفضّل عدم وجود الرواسب، فنترح أن تستخدم غربالاً دقيقاً عوضاً عن ذلك. لا تنسى أن تقوم بتعقيمه أولاً بإستخدام الماء الحار.
9. أغلق قنينة الزجاج الدافئة، ودعها تبرد. ثم قم بخزنها في الثلاجة. يجب أن لا يتواجد أي فراغ داخل القنينة، لذلك، قم بفتحها ثانية وبسرعة قبل وضع القنينة في الثلاجة. تأكد دائماً من أن يكون الشاي الجاهز بارداً. لا تقم بتجميدها!
10. تناول الشاي خلال ثلاثة أسابيع من تحضيره. إذا كانت القنينة مفتوحة لمدة تزيد عن 24 ساعة وتم خزنها خارج الثلاجة، يجب التخلص من الشاي.

نصيحة: للعائلات المكونة من شخص واحد، قد يكون من الأفضل وضع المستخلص في قنيتين زجاجيتين سعة 500 ملم.

تأكد من أن القنيتان الزجاجية نظيفة تماماً من الداخل. تكون الجرات الزجاجية المحكمة الإغلاق أو زجاجات الحليب مثالية لأنه من السهل تنظيفها بإستخدام الفرشاة.

الإستخدام الموصى به:

رج مستخلص الشاي جيداً قبل الإستعمال. لتحقيق القدر الأمثل من الإستمتاع، قم بإضافة ٣٠ إلى ٦٠ ملم (٢ إلى ٤ ملاعق كبيرة) لكمية مماثلة أو مضاعفة من الماء الدافئ. يمكنك شرب الشاي في الصباح قبل الظهور أو في المساء قبل الذهاب إلى الفراش. يمكنك أيضاً تقسيم كمية الإستهلاك اليومي إلى جرعتين. الفاصل الزمني من ١٠ إلى ١٥ دقيقة قبل تناول الطعام أو تناول أية منتجات صحية أخرى يعتبر أمراً منطقياً. يرجى الإحتفاظ بشاي Flor-Essence® العشبي في الثلاجة بعد تحضيره وقم بإستهلاكه خلال ثلاثة أسابيع.

**معلومات ونصائح إضافية عن تحضير Flor-Essence®** التصنيع بعناية والإساق في مراقبة الجودة هما الضمان لكي تستمتع بمنتوج رائع. إن تركيز ولون شاي Flor-Essence® العشبي يمكن أن يتغير قليلاً من كمية إلى أخرى، وتعتبر هذه من سمات المنتجات الطبيعية. إن وجود رواسب عشبية خفيفة في الشاي المصفى يجب أن لا يشكل أي مصدر للقلق. فهي تحتوي على فايبر طبيعي وهو جيد لجهازك الهضمي.

**الشركة المصنعة:**  
**Flora Manufacturing & Distributing Ltd**  
**برنابي، بريتش كولومبيا، كندا**  
**Canada 5B9 Burnaby BC V5J**



**Flora Manufacturing & Distributing Ltd**  
**Burnaby BC V5J 5B9 Canada**

08090PIS-049-R03