

## INFUSO DI ORTICA BIANCA

Ingredienti per una persona:

- 25 g di ortica bianca (sommità fiorite)
- 100 cl di acqua bollente

Lasciare 25 g di sommità fiorite essiccate d'ortica bianca in 1 litro d'acqua bollente per 10 minuti.  
Utile per curare l'anemia.