

การแปรรูปสมุนไพร

ชาใบเตย

- การเลือกใบเตยไม่แก่หรืออ่อนจนเกินไป
- หั่นฝอย
- นำไปตาก หรืออบให้แห้ง
- เก็บบรรจุภาชนะ ป้องกันความชื้น





แปรรูปแล้ว ชงดื่มกันหน่อย



ดื่มไปคุยไปเพื่อแลกเปลี่ยนสรรพคุณสมุนไพร



องค์ความรู้ที่ได้จากการแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับชาใบเตย

สรรพคุณ

แก้ร้อนในกระหายน้ำ บำรุงหัวใจ

วิธีทำ / วิธีใช้

ใบเตยแก่ ๒๐ ใบ

1. ล้างใบเตยให้สะอาด จากนั้นก็นำมาหั่นให้ละเอียด
2. นำไปตากแดดให้แห้ง
3. นำมาคั่วหรืออบแห้ง
4. เก็บใส่ขวดให้มิดชิด ปิดฝาให้แน่นชาใบเตยสัก ๑ หยิบมือ ใส่ในแก้วน้ำ เเทน้ำร้อนจนเดือด ลงไป ทิ้งไว้ให้ตัวยาจากใบเตยละลายก่อน แล้วจึงดื่มช่วยบำรุงหัวใจ ในรายที่หัวใจไม่ค่อยแข็งแรง พกชาใบเตย ติดกระเป๋า ดื่มเป็นประจำ ช่วยได้ดียิ่งนัก นอกจากนี้ ยังช่วยแก้ร้อนในกระหายน้ำ ดับพิษได้ ช่วยชู กำลัง