



MATCHA

**Twoja zielona chwila
relaksu i energii**

Czym jest matcha?

Matcha to sproszkowana, wysokiej jakości zielona herbata, którą spożywasz w całości - nie tylko jako napar, ale jako pełnowartościowy proszek z liści herbaty. **To jeden z najzdrowszych napojów świata - pełen antyoksydantów, witamin i minerałów**

**WARTO
SPRÓBOWAĆ!**

Dlaczego warto pić Matchę?

- ☀️ Naturalnie pobudza - zawiera kofeinę, ale działa łagodniej niż kawa
- 🧘 Redukuje stres - zawiera L-teaninę, która uspokaja i poprawia koncentrację
- 🔥 Wspiera metabolizm - pomaga w odchudzaniu i oczyszczaniu organizmu
- 🧠 Poprawia pamięć i skupienie - idealna do pracy, nauki i medytacji
- 🌿 Bogata w składniki odżywcze - witaminy A i C, żelazo, cynk, potas

czasnaherbate.net



MATCHA



Twoja pierwsza matcha? Jak ją przygotować?

Nie musisz być ekspertem, żeby zacząć.
Wystarczy ciekawość i 2 minuty wolnego czasu.
Matcha może stać się Twoim codziennym rytuałem - chwilą relaksu, pobudzenia i dobrego samopoczucia

Matcha Latte

Składniki:

- 1 łyżeczka matchy
- 50 ml gorącej wody (ok. 70°C)
- 150 ml mleka (klasyczne lub roślinne)
- opcjonalnie: syrop z agawy, miód, wanilia

Sposób przygotowania:

1. Przygotuj matchę: woda + matcha + ubijanie
2. Odczekaj ok. 30 sekund
3. Podgrzej mleko, spień je i dodaj do matchy

Twoja matcha jest gotowa!

**Zapytaj naszych Doradców w salonie -
pomożemy dobrać matchę idealną dla Ciebie!**

**WARTO
SPRÓBOWAĆ!**

