

FRUTOS SECOS
EL BOSQUE

Paseo Cuéllar Local 29-33. Zaragoza 50007
Teléfono: 976 55 37 78 Mov.: 683 61 33 29
Facebook: @frutossecoselbosque Instagram: @frutossecoselbosque

FRUTOS SECOS
EL BOSQUE

CARTA DE TÉS E INFUSIONES

(De acuerdo a disponibilidad y temporada)



¿SABÍAS QUE...?

- Para la preparación del té es recomendable el agua a 100°C, una cucharadita por cada taza, y una adicional por cada cinco. Dejarlo cocer durante 3 minutos si se quiere un efecto estimulante, si se deja durante más tiempo este efecto se reduce, pero no excederse de los 5 minutos de cocción. Una vez preparada la infusión es recomendable dejarlo reposar durante unos 5 minutos, ya que es el tiempo adecuado para que el té libere sus beneficiosos flavonoides, que son un tipo de antioxidantes.
- El **TÉ NEGRO** tiene mayor cantidad de cafeína que el resto de té, también es más aromático, posiblemente debido a su proceso de fermentación. Es muy rico en minerales como el calcio, cromo, magnesio, manganeso, hierro, cinc, fósforo, potasio, aluminio y flúor. No es recomendable su uso por los niños, así como las personas que tomen algún medicamento incompatible con la cafeína
- El **TÉ ROJO** recibía el nombre de “Té de los Emperadores” pues durante muchos años el consumo estuvo prohibido al resto de mortales. Su consumo ayuda a perder peso sin esfuerzo, tiene un sabor agradable y reduce los niveles de colesterol. En Estados Unidos se le ha puesto el mote de “devorador de grasas”. Su infusión no es recomendable endulzarla con azúcar blanca, ya que esta es rica en glucosa, producto ya metabolizado que se convierte rápidamente en glucógeno y por tanto en grasas. Es mejor hacerlo con cualquier producto natural como la miel, el azúcar moreno o el sirope de arce. Tiene cafeína por lo que no es recomendable su uso por los niños o quienes le afecte.
- El **TÉ VERDE** está mucho menos procesado que el negro es mucho más suave y con un contenido muchísimo mayor de antioxidantes. Rico en sales minerales, vitaminas A, C, E y B-2, selenio, ácido fólico, calcio, cromo, magnesio, manganeso, hierro, zinc, fósforo, potasio, aluminio y flúor. Buen aliado en la lucha contra el cáncer y las enfermedades degenerativas. Favorece la eliminación del colesterol LDL y ayuda a combatir los triglicéridos. Las enfermedades cardiovasculares se benefician por su efecto anti trombos. Ayuda a la eliminación de grasas, tiene un efecto suavemente diurético y regulador de la insulina
- El **TÉ BLANCO** El té blanco tiene la mitad de contenido en cafeína que el té verde, por lo que su uso está más recomendado para la gente más nerviosa, o que no necesitan ese efecto excitante. Tiene las mismas propiedades del té verde, aunque en muchas de ellas es más efectivo pues contiene tres veces más polifenoles (potente



TÉS

TÉ NEGRO

- CHOCOLATE IRLANDÉS: Cacao, chocolate blanco.
- NAVIDAD: Manzana, almendra, rosas, naranja, clavo, canela.
- TURCO: Manzana, canela, cardamomo, vainilla, rosas.
- CHOCOLATE Y NARANJA: chocolate, naranja, azúcar.
- PERLA DE LA NOCHE: Té negro y verde, naranja, rosas y caléndulas.
- GALLETA DE NARANJA: Manzana, canela, cilantro, cardamomo, naranja, pimienta rosa y clavo.
- CEYLÁN
- GOLDEN NEPAL
- CHAI: Anís, canela, jengibre, pimienta negra, clavo, achicoria.





TÉ VERDE

- **SMILE:** Té verde. Trozos de fresa, pétalos de rosa y jazmín.
- **VIENTO ESCARLATA:** Té verde. Trozos de piña, mango, cacao, papaya, coco, vainilla y santal.
- **PLACER SENSUAL:** Té verde Sencha y té blanco Pai Mu Tan. Trozos de mango, piña, naranja, fresa y caléndula.
- **EL DRAGÓN Y LA GRANADA:** Sencha, Kukicha, Pai Mu Tan, fruta del dragón, limonaria, kiwi, frambuesa y granada.
- **GUNPODWER**



TÉ ROJO

- ROJO O PU ERH
- PAN DE ESPECIAS: Trozos de chocolate, uvas pasas, cardamomo, naranja, anís, clavo vainilla, cassia, rosas.
- GRANADA E HIGO: Manzana, hinojo, ortiga, escaramujo, higo, moringa, rosa, granada, miel de Manuka.



ROOIBOS

- ROOIBOS
- FRESA Y MANGO: Limonaria, mango, fresa, caléndula.
- MOUSEE DE AVELLANA: Cacao, almendra, avellana, cristales de azúcar.
- NOCHES MÁGICAS: Manzana, canela, naranja, anís, clavo, cardamomo, cilantro y pimienta rosa.
- TIRAMISÚ-MASCARPONE: Chocolate (azúcar, cacao en grano, mantequilla de cacao, lecitina de soja), trocitos de avellana, caramelo, yogourt, café tostado, manzanilla.
- KALAHARI: Naranja, limonaria, aciano.
- UVA Y GRANADA: Brotes de malva, pasas, frambuesas, granada.





TÉ DE FRUTAS Y AYURVEDA

- **BAYAS DEL BOSQUE:** Pasas, hibisco, sauco, moras, frambuesa, fresa, arándanos y grosellas.
- **CASCADA FRUTAL:** Té de Manzana, hibisco, escaramujo, sauco, fruta de la pasión, fresa, kiwi, frambuesa, brotes de girasol y maíz, pétalos de rosa.
- **MANZANA AL ESTILO TURCO:** Manzana, piña.
- **BORA-BORA:** Manzana, hibisco, papaya, pasas, saúco, fresa, frambuesa, brotes de girasol.
- **WELLNESS FENG SHUI:** Manzana, bayas de goji, frutas del dragón, limonaria, grosellas negras, ortiga, naranja, eucalipto, zanahoria, brotes de maíz, caléndula.
- **LAPACHO:** subcorteza de un árbol sudamericano. Conocido como el té de los Incas. Tiene alto contenido de minerales, no contiene cafeína y pueden tomarlo los niños. Gran remedio contra la anemia.



INFUSIONES MEDICINALES



INFUSIONES



COLA DE CABALLO



DIENTE DE LEÓN



HIERBALUISA



MANZANILLA





FLOR DE AZAHAR



PÉTALOS DE ROSA



MEJORANA



HINOJO





MENTA POLEO



MELISA



PASSIFLORA Y
VALERIANA



**PARA
TU SALUD...PLANTAS
MEDICINALES Y
CURATIVAS:**

- Espirulina
- Cardo Mariano
- Zaragatona
- Uña de Gato
- Milenrama
- Alpiste
- Hinojo
- Ortiga Verde
- Regaliz
- Lemongras
- LLantén...



**TODO LO QUE ESPERAS
Y MUCHO MÁS**

**PARA
TU SALUD...PLANTAS
MEDICINALES Y
CURATIVAS:**

- Arenaria
- Passiflora
- Alcachofera
- Verbena
- Abedul
- Boldo
- Cola de Caballo
- Diente de León
- Eucalipto
- Espliego
- Erisimo...



**TODO LO QUE ESPERAS
Y MUCHO MÁS**

