



## Chá de Açafrão com Piperina para articulações

[www.receitasdafia.com/receitas/cha-de-acafrão-com-piperina-para-articulacoes](http://www.receitasdafia.com/receitas/cha-de-acafrão-com-piperina-para-articulacoes)

Prepare esse chá e fique em dia com suas articulações. É fácil e rápido.

Chá de Açafrão com Piperina para articulações

 20 min

 2 porções

### Ingredientes

- 300ml de água morna
- 1 colher de (chá) rasa de [açafrão](#)
- 1 pitada de piperina (pimenta do reino preta)
- 1 colher de (chá) de óleo de coco ou azeite

### Modo de Preparo

1. Em uma panela, coloque a água e deixe levantar fervura.
2. Apague o fogo, acrescente os ingredientes e abafe por uns 10 min.
3. Tomar o chá morno em jejum.

#### Alivia dores da artrite

1. Este chá é útil como parte do tratamento da inflamação e do inchaço. Este chá revela-se também útil como parte do tratamento da inflamação e do inchaço. Sendo especialmente indicado para pessoas com osteoartrite, este chá revela-se muito eficaz no alívio da dor. Pessoas que sofram de artrite reumatóide devem ter o hábito de beber este chá.

#### Previne e alivia a inflamação

1. Este chá revela-se uma boa solução, enquanto alternativa natural, que ainda atua no sentido de atacar os radicais livres. É um ótimo anti inflamatório.