



松葉 (信州赤松)

採取地・長野県安曇野

無農薬、自然栽培

採取時期・2023、9/23



約1kg

成分

ビタミンA | 皮膚の粘膜などをサポートする

ビタミンC | コラーゲンを生成する

ビタミンK | 骨を維持する

ケルセチン | 動脈硬化を予防する

クロロフィル | 身体の抗菌化作用

カルシウム | 骨粗鬆症を予防する

マグネシウム | 骨の成長をサポートする

テルペン | リラックスさせる

松葉茶の効能

https://furunavi.jp/discovery/knowledge_food/202208-pineneedletea/

松葉茶はデトックスに・・・

<https://comlabo.net/blog/2023/03/03/松葉デトックス/>

松葉茶の作り方

<https://youtu.be/Lh8Cmi5WL8s?si=-NyOkmb4Zsi8xfwI>

松葉徹底活用法6選

<https://youtu.be/bLTKHKgQ2n0?si=wWLWQ4o5SjzxRk8P>