

Spitzwegerichtee

Zutaten:

- 2 Teelöffel Blätter des Spitzwegerichs
- 1 Tasse Wasser
- Honig zum Süßen

Zubereitung:

Spitzwegerichblätter in das kalte Wasser geben und aufkochen lassen. Dann 5 Minuten ziehen lassen und mit Honig nach Geschmack süßen.

Anwendungsempfehlung: 3 Tassen täglich

Zeitaufwand:

Ziehzeit: 5 Minuten

Mehr Infos und Rezepte unter: www.giesinger-rittersleute.de