Schmerz- und Entzündungstee

Schmerz- und Entzündungstee

Zusammensetzung

20 g Weidenrinde

10 g Johanniskraut

10 g Goldmelisse

10 g Kamille

Zubereitung

Ein gehäufter Teelöffel der Teemischung mit kochendem Wasser übergiessen und 10 Minuten ziehen lassen.

Trinke drei Tassen täglich.

Du kannst ihn warm oder kalt geniessen.