

Schleimlösender Tee

Thymiankraut 20 g
Primelwurzel 30 g
Süßholzwurzel 20 g
Königskerzenblüten 10 g
Fenchelsamen 10 g
Spitzwegerichblätter 10 g



1 El Teemischung mit heißem Wasser übergießen und abgedeckt 10` ziehen lassen.

Du kannst Dir aber auch von Deinem Hausarzt einen „offizinalen“, schleimlösenden Hustentee verordnen lassen und aus der Apotheke holen.

Es gibt ihn in 2 Varianten:

- mit Süßholz, Thymian, Fenchel, Spitzwegerich
- mit Primelwurzel, Königskerzenblüte, Anis, Quendel