

Erkältungsgetränk

- 0,75-1 Liter heisses Wasser
- Schüssler: 3-4-6-7-11-22 (von jeder Nummer 2-3 Stück)
- Tinkturen: Salbei, Thymian, Spitzwegerich, Kapuzinerkresse, Schafgarbe (jeweils ca. 10 Tropfen)
- Saft einer Zitrone
- 1 EL Honig

An Stelle der Tinkturen kann man natürlich auch die Kräuter als Teemischung verwenden und diese mit Schüsslersalzen, Zitrone und Honig auffüllen. Dann verwenden Sie 1 Esslöffel der Teemischung auf 0,25 Liter Wasser und lassen den Tee mindestens 5 Minuten ziehen.

Hinweis: Mischen Sie am besten in einem grösseren Glas die sechs verschiedenen Schüsslersalze zu jeweils ca. 100 Tabletten und schütten Sie mit ein bisschen Gefühl 15-20 Tabletten in das heisse Wasser. In dem Fall über einen Zeitraum von 3-4 Tagen den gesamten Inhalt der Schüsslermischung aufbrauchen!

Bitte schauen Sie sich zum besseren Verständnis auch das Video zu den Schüsslersalzen an.