

Erkältungsgetränk

- 0,75-1 Liter heisses Wasser
- Schüssler: 3-4-6-7-11-22
- Tinkturen: Salbei, Thymian, Spitzwegerich, Kapuzinerkresse, Schafgarbe
- Saft einer Zitrone
- 1 EL Honig

An Stelle der Tinkturen kann man natürlich auch Kräuter als Teemischung verwenden und diese mit Schüsslersalzen, Zitrone und Honig auffüllen.