

Rezept

Gute-Besserung-Erkältungstee

Ein Rezept von Gute-Besserung-Erkältungstee, am 04.10.2023

Zutaten

15 g getrocknete Pfefferminze

10 g getrocknete Kamillenblüten

5 g getrockneter Salbei

10 g getrocknete Holunderblüten

5 g getrockneter Thymian

5 g Fenchelsamen

Rezeptinfos

Portionsgröße Ergibt: etwa 50 g | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

Zubereitung

1. Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen. In luftdicht schließende Behälter abfüllen und darin bis zum Verschenken aufbewahren.