



Sorglos-Tee für die Wechseljahre

Zutaten:

- 15g Weissdornblüten und -Blätter
- 15g Schafgarbe
- 15g Rotklee
- 10g Löwenzahn
- 10g Salbei
- 10g Melisse

Alles miteinander mischen und trocken und lichtgeschützt lagern.

2 TL der Teemischung mit 250 ml heissem Wasser aufgiessen und zugedeckt 10 min ziehen lassen.

Täglich 2-3 Tasse von diesem Tee trinken.

Gute Besserung!

Dieses und weitere Teerezepte finden Sie auf www.gesundheitszeiten.com

