



Tee zur Unterstützung der Blase

Zutaten:

25g Bärentraubenblätter
20g Goldrutenkraut
20g Brennesselkraut
10g Birkenblätter

Alles miteinander mischen und trocken und lichtgeschützt lagern.

3 TL der Teemischung mit 250 ml heissem Wasser aufgiessen und zugedeckt 10 min. ziehen lassen. Bei Bedarf mit Honig süssen.

Täglich mindestens 1L von dieser Mischung trinken.

Wichtig: Bärentraubenblätter sollten nicht länger als 14 Tage und nicht öfter als 5x /Jahr eingenommen werden.

Gute Besserung!

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

