



## ***Gebärmutter-Relax- Tee***

Zutaten:

25g Frauenmantel

25g Melisse

20g Himbeerblätter

20g Kamille

15g Schafgarbenkraut

10g Gänsefingerkraut

Alles miteinander mischen und trocken und lichtgeschützt lagern.

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

Ab ca. 14 Tage vor Beginn der Menstruation mindesten 2x tägl. eine Tasse trinken.

*Gute Besserung!*

Dieses und weitere Teerezepte finden Sie auf [www.gesundheitszeiten.com](http://www.gesundheitszeiten.com)

