



Herbsttee

Zutaten

- 50 g Hagebutte
- 30 g Johanniskraut
- 10 g Huflattich
- 5 g Hopfenblüten
- 5 g Lindenblüten

Zubereitung

Alle Kräuter gut miteinander vermischen. Pro Tasse Wasser etwa einen Esslöffel der Kräuterteemischung verwenden und mit kochendem Wasser aufgießen. Den Tee ca. zehn Minuten ziehen lassen, danach abseihen und eventuell mit etwas Honig süßen.