



Kochen

Astrid Fiebich

Donnerstag, 26.10.2023

Meerrettichsirup

Zutaten

Geriebener Meerrettich

Flüssiger Honig (Mengen je nach Bedarf)

Zubereitung

+ Frischen Meerrettich fein reiben und mit flüssigem Honig mischen.
Mischungsverhältnis zirka 50:50.

+ Nach 24 Stunden abpressen, in kleine Fläschchen füllen und kühl lagern. Innerhalb einer Woche aufbrauchen

+ 3 bis 5 mal täglich 1 Teelöffel davon einnehmen.

+ Hilft bei Husten, Schnupfen, Stirnhöhlen- und Nebenhöhlenkatarrh und eliminiert Krankheitserreger. Auch bei Blasenentzündung zu empfehlen