

# Salbei zum Gurgeln

Salbei

2-3g Salbei

Geschnitten

Wasser

aufkochen, Salbei beifügen, ca 10 Minuten  
einkochen lassen

Zum Gurgeln werden die feingeschnittenen Salbeistücke mit heissem Wasser übergossen und aufgekocht. Dann durch ein Teesieb geben. Bei Nachtschweiss wird der Tee genauso gemacht, aber kalt getrunken. Zur Behandlung von Magen-Darmbeschwerden werden 2g des geschnittenen Salbeis mit kochendem Wasser übergossen und nach 5 Minuten durch ein Teesieb gegeben.