

Ein einfaches Hausmittel: Honig mit Thymian

Gut bei Halsweh und Husten

Nimm etwas guten Honig und 2-3 Zweiglein vom Thymian. Streife von den Zweiglein die Blättchen ab und zerkleinere sie mit Messer oder einem Rebel.

Die gerebelten Thymian - Blättchen kommen in eine feuerfeste Schale und werden zunächst mit dem Honig vermischt. Stelle nun die Schale für einige Minuten in den Backofen und lassen den Honig flüssig werden.

So können die ätherischen Öle des Thymians ihre volle Wirkkraft entfalten. Achte darauf, dass der Honig nicht kocht.

Den Thymian-Honig erkalten lassen und nach Bedarf einen Teelöffel davon im Mund zergehen lassen. Man kann ihn auch in den Kühlschrank stellen für noch längere Haltbarkeit.

