

Tee-Rezeptur bei Akne / Hautunreinheiten

Stiefmütterchen (Kraut) Violae tricoloris herba	30
Quecke (Wurzel) Graminis rhizoma	20
Sandsegge (Wurzel) Caricis arenariae rhizoma	20
Schachtelhalm (Kraut) Equiseti herba	20
Brennessel (Kraut) Urticae herba	10

Zubereitung:

1 Teelöffel pro 2,5 dl mit siedendem Wasser übergiessen, danach 15 min ziehen lassen und abseihen

Täglich 3 Tassen zwischen den Mahlzeiten trinken