



Kräuterhexenpost

Vom Ferienparadies Daxlberger Hof
Theo und Gabi Buchöster
Daxlberger Straße 8
D-83313 Siegsdorf
Fon: 08662-9264



Erkältungsbadesalz

von Gabi Buchöster, Daxlberger Hof

Zutaten:

- 200 g grobes Meersalz
- 1 EL getrocknete Tannennadeln
- 1 EL getrocknete Thymianblätter
- 1 EL getrocknete Rosmarinnadeln
- 2 Tropfen ätherisches Thymianöl
- 2 Tropfen ätherisches Rosmarinöl

Zubereitung:

Meersalz mit den Tannennadeln, Thymianblättern und Rosmarinnadeln in eine Schüssel geben. Je zwei Tropfen Thymianöl und Rosmarinöl dazugeben.

Das Ganze durchmischen und in ein gut verschließbares Glas abfüllen und zumachen. Das Erkältungsbadesalz ist gut verschlossen etwa 1 Jahr haltbar.

Tipp:

Für ein Vollbad 4 EL Erkältungsbadesalz in einen Waschlappen geben und unter den Einlauf der Badewanne hängen. Das Badesalz eignet sich wunderbar bei einer aufsteigenden Erkältung und macht die Atemwege frei.