

Rezept mit Johanniskraut und Melisse

„Antidepressiver“ Herbsttee:

- Johanniskraut
- Melisse
- Hopfen
- Rosmarin
- Weissdorn

Zu gleichen Teilen mischen.

In der dunklen Jahreszeit 2 bis 3 Tassen täglich trinken. – Erhellte das Gemüt und hebt den Antrieb um den Alltag in Angriff zu nehmen.

(Rezept siehe Buch: „Frauenheilpflanzen“, Heide Fischer, 3. Auflage)



naturheilpraxis
anematische rücken-brustschon