Ingwer-Tee (gegen Erkältung)

Zutaten:

Menge:	Bezeichnung:
2 Eßlöffel	Ingwerwurzel (graspelt)
2 Eßlöffel	Thymian
2 Eßlöffel	Bienenhonig
2 Stück	Zitronen

Zubereitung:

Der Ingwer (Ingwerwurzeln) wird grob geraspelt. Alle Zutaten werden dann mit einem Liter Wasser überbrüht.
Nach ca. zehn Minuten kann von dem Tee getrunken werden.

von Andreas *Guten Appetit wünscht langguth-net.de*