



Salbei-Gurgellösung gegen Halsweh

Vorbereiten:

- Frischer Salbei oder 4 Teebeutel Salbeitee
- 1 Liter Wasser
- 1 Zimtstange
- 1 dl Weisswein

Anwendung:

Salbei und Zimt in einem Liter Wasser aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Von der Herdplatte wegnehmen und den Weisswein dazugeben, umrühren und abfiltern.

Die Lösung in eine Thermoskanne geben und während drei bis vier Tagen jeweils vier bis fünf Mal am Tag mit der noch heissen Lösung gurgeln.

Vorgestellt in der [Sendung vom 09.01.2012](#)