

Integrative Medizin

Kinderkrankenhaus St. Marien gGmbH Grillparzerstr. 9 84036 Landshut
www.kinderkrankenhaus-landshut.de

Herstellung eines Zwiebelsaftes bei Husten

(ab dem 1. Lebensjahr)

Sie nehmen:

- 1 große, rohe Zwiebel, 2 Eßl. Honig (altern.: Kandis oder brauner Zucker)
- schneiden Sie die Zwiebel in kleine Stücke und bedecken diese mit Honig
- füllen Sie diese in ein Schraubglas, verschließen Sie das Glas
- lassen Sie es einige Stunden oder über Nacht stehen.
- Den Saft durchsieben, Zwiebelstücke wegwerfen
- Saft im Kühlschrank aufbewahren.
- Große Kinder nehmen 2-3 mal täglich 1 Esslöffel
- Kleinkinder 2-3 mal täglich 1 Teelöffel

Der Hustensaft wirkt sekretlösend und entzündungshemmend.



Wir wünschen Ihrem Kind gute Besserung!