

Kräuter- Oxymel

Oxymel kommt aus dem Griechischen und bedeutet nichts anderes als „Essig“ oder „Säure“ (Oxy) und „Honig“ (Mel). Es ist ein Naturheilmittel, das bereits die alten Griechen in der Antike tranken zur allgemeinen Stärkung und für die Darmgesundheit.

Am besten 2 EL Oxymel verdünnt mit einem Glas Wasser morgens auf nüchternen Magen trinken.

Folgende Kräuter sind für eine zusätzliche heilende Wirkung beigesetzt:

- * Eisenkraut: blutstärkend, entspannend
- * Lavendel: beruhigend, ausgleichend
- * Melisse: beruhigend, antibakteriell
- * Rotklee: zellschützend, blutreinigend
- * Salbei: entzündungshemmend, gegen Schweiß
- * Schafgarbe: kräftigend, verdauungs- und gallefördernd, hormonausgleichend
- * Zistrose: stimmungsaufhellend, zellschützend

