



Matres Umweltservice - Christine Schöppe

Dorfstraße 38

37345 Silkerode

www.matres-umweltservice.de

Tel.: 036072/81725

mobil: 0171 – 1 56 51 03

E-Mail: info@matres-umweltservice.de

Beruhigungstee

Zutaten:

Waldmeister

Zubereitung:

2 Teelöffel Waldmeister (bei frischem Waldmeister etwas mehr) mit 1 l heißem Wasser aufgießen. 10 – 15 Minuten ziehen lassen. Den Waldmeister entfernen.