

Kräuter-Haarspülung Salbei

Zutaten:

2 TL geriebene (zerkleinerte) Salbeiblätter

400 ml Wasser

Zubereitung:

Kräuter mit 150 ml Wasser überbrühen; zugedeckt mindestens 10 Minuten ziehen lassen (bis zu 4 Stunden möglich); abseihen; mit 250 ml kaltem Wasser verdünnen

Salbei hilft gegen juckende und fettige Kopfhaut, wirkt entzündungshemmend und antibakteriell