

Kalte Gelee Pastillen

Die Wirkstoffe aus dem Holunder legen sich herrlich kühlend auf den entzündeten Hals.



1.

10 – 15
Holunderblüten frisch
oder getrocknet

+

1 EL Leinsamen

+

10 Eukalyptusblätter
oder 1 EL
getrockneter
Thymian

Aus den Förmchen stürzen und kalt geniessen. Bei rauem, heissem Hals sind diese Pastillen herrlich kühlend. Im Kühlschrank aufbewahren und innert 3 Tagen verzehren.

Alles in den kalten Aufguss rühren und aufkochen lassen. Dann noch 2 Min. köcheln. In Silikonförmchen abfüllen und im Kühlschrank auskühlen lassen.

Mit 500 ml heissem Wasser übergiessen. Den Deckel drauf und 12 h ziehen lassen. Durch ein Sieb abgiessen. Es ist nun ein schleimiger nach Holunderblüten duftender Aufguss.

1 EL getrocknete
Holunderbeeren

2 EL Zuc[Wecken
Sie das Interesse
Ihrer Leser mit

2 Päckli
Agar-Agar

+

400 ml
Holunderaufguss



- Zutaten:
- 10-15 Holunderblüten
 - 1 EL Leinsamen
 - 10 Eukalyptusblätter oder 1 EL getr. Thymian
 - 1 EL getrocknete Holunderbeeren
 - 2 Päckli Agar - Agar
 - 2 EL Zucker

