

Gundermann Tee



Bitte beim Sammeln beachten: Der Gundermann kann verwechselt werden mit der roten Taubnessel, kriechendem Günsel, Ehrenpreis oder (eher seltener) der Knoblauchsrauke. Diese Pflanzen sind jedoch ebenfalls ungiftig, sodass eine Verwechslung ungefährlich ist.

Den gesammelten Gundermann klein schneiden und luftig auf einem Küchentuch ausbreiten. Mit einem weiteren Küchentuch oder Mulltuch abdecken, um ein Zustauben während der Trocknung zu vermeiden!

Zubereitung des Tees:

Zwei Esslöffel des frischen oder zwei Teelöffel des getrockneten mit 150 Millilitern kochendem Wasser übergießen lassen den Tee zehn Minuten ziehen lassen.

Bei Erkältungserscheinungen, Blasen- und Nierenproblemen oder Verschleimung der Lunge zwei Tassen am Tag trinken.

Der Tee hilft als Mundspülung bei Zahnschmerzen und eitrigen Zahnfleischentzündungen.

