

Ich habe schlechte Laune, weil ...

Beitrag von „guckux“ vom 1. Dezember 2024, 14:25

Bei Halsschmerzen empfehle ich:

1 Teil Holundersaft (SAFT und kein zuckerangereichertes Pseudo Dingsbums!!!)

1 Teil Wasser

1 Zitrone

davon eine Tasse, so heiß wie es geht, wer mag kann auch mit Honig oder Zucker nachsüßen (nichtrein Fall, der Holundersaft ist meiner Meinung nach schon sehr süß; bei mir sind die Halsschmerzen nach 2 Tassen weg, wichtig: "Nachtrinken", wenn Weg/gesund, dann noch 2 weitere Tage morgens, mittags und abends ne Tasse Weitertrinken!)

Gute Besserung!