

Hustentee Für Kinder ab 2 Jahre und Erwachsene

zum Schleimlösen bei Husten und Halsschmerzen

2 TL Thymian in

1/4 l Wasser kochendem Wasser überbrühen und 5-10 Minuten ziehen lassen. Anschließend abseihen.

1/2 Zwiebel klein schneiden und 3-5 Minuten in

1/4l Wasser kochen. Anschließend abseihen.

Thymiantee und Zwiebelsud 1:1 mischen, evtl. mit

Honig süßen.

Kleinkinder bis zu 3 Jahren 2-3 mal täglich eine 1/2 Tasse Tee

Ältere Kinder und Erwachsene trinken 2-3 Tassen Tee am Tag

Hustensirup

2 TL Thymian in

1/4 l Wasser kochendem Wasser überbrühen und -10 Minuten ziehen lassen. Anschließend abseihen.

150g frische Zwiebeln feinschneiden, mit

100 Birnensaft und

150 ml Thymiantee unter Rühren kurz aufkochen, bis ein dickflüssiger Sirup entsteht. Etwas abkühlen lassen und

2 EL Honig unterrühren.

Ältere Kinder und Erwachsenen nehmen mehrmals täglich 1 TL Sirup ein, Kinder bis 2 Jahre max. 2x täglich.

Zwiebelbonbons

Schält

1 mittelgroße Zwiebel und reibt sie ganz fein in euren Topf. Gebt

150ml Wasser und

150-200g Zucker hinzu und rührt kräftig.

Kocht das Gemisch auf mittlerer Hitze auf und rührt es gelegentlich um bis es leicht dickflüssig wird.

WICHTIG! Nehmt das Bonbongemisch auf keinen Fall zwischendurch vom Herd, es wird beim wieder erhitzen sehr schnell klumpig.

Wenn alles richtig dickflüssiger geworden ist tropft ihr die Masse vorsichtig auf Backpapier. Ihr entscheidet dabei wie groß eure Bonbons werden.

Lasst alles gut trocknen. Entweder an der Luft oder vorsichtig im Ofen bei max. 80°C (klemmt einen Kochlöffel in die Ofentür, dass sie leicht geöffnet ist und die Feuchtigkeit entweichen kann). An der Luft trocknen, kann einige Tage dauern.

Fertig!