

# (Amtsärztliche Untersuchung) Jetzt Tee-Thread

**Beitrag von „CDL“ vom 8. Juli 2019 21:50**

## Zitat von Piksiebern

Manchmal habe ich die Idee, auf Kräutertee umsteigen, aber irgendwie habe ich da noch nicht das Richtige gefunden. Hat irgendjemand Tipps für mich? Ein Tee, der gut in die Morgenstunde passt? Wo man Teile von vielleicht auch selbst herstellen kann?

Kurz gezogener Pfefferminztee wirkt anregend, lässt sich selbst anbauen und auch mit Milch trinken. Rosmarintee hat dieselbe Wirkung (u.a.) ist mir aber etwas zu "gesund" im Geschmack für alltags.

## Zitat von lamaison

Wahrscheinlich fliege ich wegen meiner Beiträge hier eh bald raus.

???

## Zitat von lamaison

Oh, gute Idee. Hast du auch eine für Rosmarin? Der übernimmt an der anderen Ecke das Regiment. Soviel Kräutersalz und getrocknete Kräuter kann ich gar nicht mehr brauchen. Ebenso Lavendel. Ich glaube, ich mache ne Kräuterküche auf.

Rosmarin/Lavendel: Badesalz ansetzen (wenn du Duftrosen hast, nimm deren Blätter gerne ebenfalls, das Badesalz duftet davon herrlich nach Rosen); als Öl ansetzen (fürs Essen, als Geschenk, als Körperöl/Badeöl); Sirup kochen für die nächste Erkältungsphase