

## Kräutertee-Beispiele (Vorsicht mit Wurzeln und Zweigen beim Sammeln)

	Minze (Blätter)  Lippenblütler, > 20 Arten, darunter Pfefferminze, feuchte Standorte, meistens wuchernd; Methanol, hilft schnell bei Bauchschmerzen	Melisse (Blätter)  Lippenblütler, 4 Arten, darunter Zitronenmelisse, Melitta (gr.) = Honigbiene; Rosmarinsäure, keimtötend, beruhigend, innerlich und äußerlich bewährt	Salbei (Blätter)  Lippenblütler, > 850 Arten, Salus (lat.) = Gesundheit; Rosmarinsäure, Terpene, keimtötend, innerlich und äußerlich bewährt	Himbeere und Brombeere (junge Zweigspitzen)  Rosengewächse mit Sammelsteinfrüchten; Blätter: Gerbstoffe, Früchte: Vitamine und Mineralstoffe, gegen Durchfall und Fieber	Linde (Blüte)  Malvengewächse, > 20 Arten, Laubbäume, können 1000 Jahre alt werden, oft in Märchen und Sagen; wärmend, gegen Husten
Pflanzenbeschreibung:					
Ge-schmack:					
Mag ich es? Zu welchen Anlässen? Sonstige Gedanken:					