

+ Kräuter als sanfte Medizin +

Für alles ist ein Kraut gewachsen - sagt der Volksmund. Und tatsächlich leisten die würzigen Blättchen unserer Gesundheit gute Dienste. Doch Vorsicht: genießen Sie Kräuter trotzdem nur in Maßen, denn ein Zuviel kann auch schaden

- Bärlauch senkt den Blutdruck und bremst so die Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Basilikum macht Appetit und beruhigt ein nervöses Verdauungssystem
- Dill beruhigt Nerven sowie Verdauungssystem
- Estragon regt die Verdauung an
- Liebstöckel regt die Verdauung an und lindert Sodbrennen
- Minze lindert Blähungen und Krämpfe
- Petersilie macht Appetit und regt die Nierenfunktion an
- Rucola wirkt harntreibend und fördert die Verdauung
- Rosmarin hilft bei der Fettverdauung und regt den Kreislauf an
- Salbei wirkt antibakteriell und hilft bei Schleimhautentzündungen

