

## FÖRKYLNINGSTINKTUR



5 dl 40% okryddad sprit

2 dl torkade örter såsom timjan, basilika, oregano, isop, mynta, ljung och blad av svart vinbär och/eller nypon.

Lägg örterna i en flaska och häll över spriten. Låt stå i en vecka på ett skuggigt ställe. Vänd flaskan upp och ner en gång per dag. Ta sedan 5 – 20 droppar i varmt honungsvatten mot förkylning.