

Zwiebelsirup



Zwiebelsirup ist ein gutes und nützliches Hausmittel bei Husten oder Halsschmerzen. Er wirkt entzündungshemmend, abschwellend und schleimlösend.

Materialien:

- 1 Zwiebel gehackt
- 3 EL Honig
- Glas mit Deckel
- Sieb

Vorgehen

- Die Zwiebel hacken und in ein Glas mit Deckel geben.
- 3 EL Honig hinzufügen und gut umrühren.
- Glas verschliessen und stehen lassen, bis sich ein Sirup bildet. Das dauert 6-24 Stunden.
- Die Zwiebelstückchen absieben und den Sirup in ein frisches Glas mit Deckel füllen.

Einnahme

3–4-mal pro Tag einen Esslöffel davon einnehmen.