



Anleitung für Eltern - Zwiebelhustensaft

250ml Wasser mit 100g gehackten Zwiebeln und 100g braunem Kandiszucker mischen und so lange köcheln lassen, bis der Zucker aufgelöst ist. Den Sud in ein Schraubverschlussglas (z.B. Marmeladenglas) abseihen und abkühlen lassen. Der Hustensaft kann 1 Woche im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Dosierung:	Kinder 0-3 Jahre	3x 1-2 Teelöffel
	Kinder ab 3 Jahren	3x 1 Esslöffel
	Schulkinder ab 6 Jahren	3x 2 Esslöffel

Um eine noch bessere Wirkung zu erzielen, können

1 Teelöffel getrockneter Salbei

1 Teelöffel Thymian

1 Teelöffel Spitzwegerich (besonders um Hustenreiz zu stillen)

mitgekocht werden. Probieren Sie, was Ihrem Kind am besten schmeckt.

VIEL ERFOLG!