Ein vorzüglicher Mischtee für den Familientisch nach Maria Treben

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Pflanze** | **gesammelt werden …** | **hilft bei …/weitere Verwendung** |
| Huflattich | Blüten, später Blätter |  |
| Schlüsselblume | Köpfe |  |
| Veilchen in jeder Art | Blüten und Blätter |  |
| Lungenkraut | Köpfe |  |
| Sauerklee | Blüten |  |
| Gundelrebe (sehr wenig) | Blütenköpfe |  |
| Brennnessel |  | lindert bei Entzündungen der Harnwege und Nieren  Brennnesselschnaps bei Wassersucht, Nieren-, Harngries und Nierensteinen |
| Frauenmantel | Blätter und Blüten |  |
| Ehrenpreis | Blüten, Blätter, Stängel | gegen hohen Cholesterinspiegel |
| Erdbeer-, Brombeer-, Himbeerspitzen | Blätter |  |
| Holunder | Holunderschosse, später Blüten | Beere: Kräftigung des Immunsystems  Holunderblütensirup, -gelee |
| Gänseblümchen | Blüten |  |
| Lindenblüten, in der Sonne gepflückt |  |  |
| Kamille | Blüten |  |
| Wiesengeißbart | Blüten |  |
| Ringelblume | Blüten |  |
| Waldmeister | Blätter, Stängel, Blüten | löst Verkrampfung und wirkt beruhigend |
| Thymian | Blüten, Blätter, Stängel | Thymiantinktur |
| Melisse | Blüten, Blätter, Stängel oder Stängel und Blätter ohne Blüten |  |
| Pfefferminze | Blüten, Blätter, Stängel oder Stängel und Blätter ohne Blüten |  |
| Schafgarbe, in der Sonne gepflückt  (nur wenig) | Blüten | blutstillend, blutreinigend, krampflösend, keimtötend |
| Königskerze, in der Sonne gepflückt | Blüten |  |
| Majoran (Dost) | Blüten und Blätter |  |
| Kleinblütiges Weidenröschen | Blüten, Blätter, Stängel |  |
| Fichtenspitzen | ganz junge Triebe | Fichtenhonig und -likör |
| Labkraut | Blüten, Blätter, Stängel |  |
| Rosenblütenblätter in allen Farben  (biologische Düngung) |  |  |