

# Der Erkältung-Fix-Weg-Zaubertrank

## Und so geht's:

Gebt das Kurkumapulver in eine Kanne oder Karaffe. Schneidet den Ingwer in Scheibchen und gebt ihn dazu.

Gießt das Ganze mit gut einem halben Liter kochendem Wasser auf. Wenn der Aufguss etwas abgekühlt ist, fügt ihr die Zitronenscheiben hinzu und füllt mit Apfelsaft auf.

Und fertig ist der Erkältung-Fix-Weg-Zaubertrank. Lasst es euch schmecken und bleibt schön gesund!!!

*Wer gegen einen der Inhaltsstoffe, z.B. Kurkuma, allergisch ist, sollte den Trank natürlich nicht trinken!*

## Zutaten:

- 1/2 Teelöffel Kurkumapulver
- 1 Stück Ingwerknolle
- 1 Bio-Zitrone
- 0,5 Liter Apfelsaft
- 0,5 Liter kochendes Wasser



**Lindenbart**

[www.lindenbart.de](http://www.lindenbart.de)