

Hustensaft selbstgemacht



Zutaten

20 g Fenchelsamen

500 g Wasser

50 g Kandiszucker

Zubereitung

Fenchelsamen und Wasser 7 Min. / 100° C / Stufe 4 kochen und danach den Sud abseihen und den Topf reinigen.

Kandiszucker 10 Sek. / Stufe 10 zerkleinern, den Sud beimengen und nochmals 8-10 Min. / 100° C / Stufe 2 kochen.

In dunkle Flaschen abfüllen und bei Bedarf 2-3 EL einnehmen, hilft prima bei Husten!