



Hausrezept:

Kartoffelwickel

Bei Bronchitis zur Hustenlinderung und Schleimlösung
Bei Rückenschmerzen zur Muskelentspannung

4 - 6 mittelgroße Kartoffeln mit Schale kochen, nach Wärmeprüfung (Vorsicht Verbrühungsgefahr!) auf ein Tuch legen, einschlagen, dann leicht flach pressen und auf die Brust bzw. den Rücken auflegen: Mit Außentuch befestigen und ca. 30 Minuten einwirken lassen.

