

Bevor Sie sich entschließen ein Rezept nachzumachen, seien Sie sich sicher, dass Sie auf keinen der Inhaltstoffe allergisch reagieren. Wir übernehmen keinerlei Haftung für eventuell auftretende Schäden!

Rezept # 62 - traditionelles Hausmittel-Rezept für „Goldenen Hustensaft“ aus schwarzem Rettich und Kandiszucker gegen Reizhusten, auch für Kinder

Zutaten

1 mittelgroßer schwarzer Rettich (möglichst frisch und fest)

ca. 3–4 EL brauner oder weißer Kandiszucker

Zubereitung

Rettich vorbereiten

Oberes Ende des Rettichs wie einen „Deckel“ abschneiden.

Innen mit einem Löffel oder Messer eine Vertiefung aushöhlen und mit einen Zahnstocher unten 2 kleine Löcher in den Boden des Rettichs stechen

Wände sollten ca. 1 cm dick bleiben.

Den rausgeholten Rettich nun grob zerkleinern

Nun Lagen bestehend aus Kandiszucker und Rettich in der Vertiefung schichten

Deckel wieder aufsetzen.

Ziehen lassen

Den Rettich auf ein Glas oder in eine Schale stellen.

Über Nacht (8–12 Stunden) bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

Der Zucker löst sich und vermischt sich mit dem austretenden Rettich Saft.

Saft abgießen

Den goldenen Hustensaft vorsichtig abgießen.

In ein sauberes Glasfläschchen füllen.

Im Kühlschrank aufbewahren (2–3 Tage haltbar).

Wer einen Vorrat haben möchte kann den Saft einfrieren und bei Bedarf auftauen

Anwendung

Erwachsene: 3–4 Teelöffel pro Tag.

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ☺



Ein Service von: <http://hexenkueche.info>

Kinder ab ca. 6 Jahren: 1–2 Teelöffel pro Tag.

Am besten pur einnehmen oder in lauwarmen Tee einrühren.

Wirkung (traditionell überliefert)

Schwarzer Rettich enthält Senfölglykoside, die antibakteriell wirken können.

Kandiszucker wirkt hustenlindernd und macht den Rettich Saft milder.

Traditionell eingesetzt bei Reizhusten, Verschleimung und Erkältung.

Einkaufsliste

[Kandiszucker](#)

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ☺

