

Hustensaft zum selber Kochen

Zutaten: 500 g Zwiebeln
30 g Kandiszucker
1 Liter Wasser
80 g Honig (erst nach dem 1. Geburtstag)

Zubereitung:

Zwiebeln schälen, zerkleinern und mit Kandiszucker in einen Topf geben. Mit 1 Liter Wasser erhitzen und etwa drei Stunden auf kleiner Flamme ziehen lassen.

Danach die Masse durch ein Sieb geben, ggf. den Honig dazu geben und erkalten lassen.

Bei starkem Husten kann man bis zu fünf Teelöffel am Tag geben.