



# Tann

## Latschen Tee

Anregend, antibakteriell, tonisierend, Bronchitis, Husten, Katarrh der oberen Luftwege, Keuchhusten, Asthma, Rachenentzündungen und zum Einreiben bei Rheuma Beschwerden (Tinktur)

Ein Finger langer Latschenkiefer Zweig mit einem Liter kochendem Wasser überbrühen. 10 Minuten ziehen lassen. Den Tee mit Honig süßen und noch warm trinken.

## Latschen Dudler Erfrischungsgetränk

1 kg Rohrzucker  
1 Hand großen Latschenzweig  
1 Liter Wasser

Mineralwasser - Zitrone

Den Zucker mit dem Wasser aufkochen, den Latschenkiefer dazu und gut eine Stunde kochen. Warm zur Seite stellen, zudecken, bis der Sud abgekühlt ist. Es sollte eine sirupartige Substanz sein, den Sie in einer Flasche abfüllen und welche gut 3 Monate haltbar ist.

Zum Genießen gibt man etwas Sirup in ein Glas und füllt es mit Mineralwasser auf, dazu kommt etwas Zitronensaft. Schmeckt erfrischend und balsamisch.

Genießen Sie den Wald, Ihre

*Barbara Flieger Unterkirchner*

