



Pflanzanleitung

Die Erntablette lötfelweise mit Wasser beträufeln, bis sie aufquillt und auseinanderbricht. Erdreich leicht auflockern, Samenkörner einlegen, dann mit etwas Erde bedecken. Damit ein Treibhauseffekt entsteht, alles mit Frischhalte-Folie abdecken, bis die ersten Spitzen zu sehen sind. Erdreich immer feucht halten, jedoch nicht zu nass. Für die Aufzucht einen hellen und warmen Standort wählen. Die ersten Keimlinge sprießen schon nach 10-14 Tagen. Später in einen größeren Topf umpflanzen. Ab der frostfreien Jahreszeit am besten gleich ins Freiland umsetzen.

(Samenkörner sind nicht zum Verzehr)

Für eine gesunde Teegzubereitung:

Zwei bis drei Teeöffel Kamillenblüten oder einige frische oder getrocknete Melissen- oder Salbeiblätter in eine Tasse geben und mit heißem, aber nicht mehr kochendem Wasser übergießen. Abgedeckt zehn Minuten ziehen lassen, abseihen und genießen.