



Anleitung zur Zubereitung und Einnahme Chinesischer Medizinaldekokt

1. Gesamten Beutelinhalt in Edelstahltopf mit Wasser bedecken (1 cm über) und 60 min einweichen lassen.
2. Kurz aufkochen und 20 min mit geschlossenem Deckel köcheln lassen.
3. Abseihen und Flüssigkeit in einem Glas- oder Edelstahlgefäß auffangen.
4. Den bereits verwendeten Beutelinhalt nochmals mit Wasser auffüllen, kurz aufkochen und weitere 20-30 min köcheln lassen.
5. Abseihen und den 1. Abguss mit dem 2. Abguss mischen.
6. Die gesamte Flüssigkeitsmenge abmessen.
7. Das Ergebnis durch 10 geteilt ergibt die Tagesdosis.
8. Die Tagesdosis auf 2-3 Portionen über den Tag verteilt trinken.
9. Bitte vor dem Trinken gut aufschütteln.

Den Tee in Glas- oder Edelstahlgefäßen im Kühlschrank aufbewahren. Zum Trinken vorher Aufschütteln, mit etwas warmem Wasser aufgießen und falls gewünscht mit Honig süßen.

Gute Besserung,

Dr. med. I. Seifert
Chinesische Medizin