

Tee-Rezepte

FÜR DEINEN KINDERWUNSCH

5 VERSCHIEDENE TEE-REZEPTE, DIE DICH AUF DEINER
KINDERWUNSCHREISE UNTERSTÜTZEN KÖNNEN



Partner4Baby
WEGE ZUM KINDERGLÜCK

ANGELAS KINDSMACHER TEE

Wann solltest du den Tee trinken?

Du solltest den Tee in der ersten Zyklusphase, also ab dem ersten Tag deiner Periode bis ungefähr zu deiner Zyklusmitte genießen. Dein Körper wird so auf deinen Eisprung vorbereitet.

Zutaten:

- 50g Frauenmantel
- 50g Storchenschnabel
- ggf. Honig



Das musst du tun:

- Frauenmantel und Storchenschnabel mischen und mit kochendem Wasser übergießen.
- Die Mischung 10 Minuten lang ziehen lassen.
- Nach Belieben mit Honig süßen und Tee genießen.



MÄNNER POWER

Wann solltest du den Tee trinken?

Dieser Tee wirkt libidosteigernd und kann von Frau und Mann getrunken werden. Durch das regelmäßige Genießen des Tees kann die Fruchtbarkeit gesteigert werden.

Zutaten:

- 50g Johanniskraut
- 1 Schuss Granatapfelsaft



Das musst du tun:

- Johanniskraut mit kochendem Wasser aufgießen, bis sich das Teewasser intensiv rot verfärbt.
- Noch ein Schuss Granatapfelsaft hinzugeben und den Tee genießen.



KINDERWUNSCH- TEE

Wann solltest du den Tee trinken?

Der Kinderwunsch-Tee trägt zu deiner Empfängnissteigerung bei, daher solltest du den Tee an den Tagen vor deinem Eisprung warm trinken.

Zutaten:

- 2 EL Baldrianwurzeln
- 1 EL Melisse
- 1 EL Beifuß
- ggf. Honig



Das musst du tun:

- Baldrianwurzeln, Melisse und Beifuß in 500 ml Wasser für 15 Minuten kochen lassen.
- Nach Belieben mit Honig süßen und Tee genießen.



ZYKLUSTEE

Wann solltest du den Tee trinken?

Der Zyklustee kann dir bei einer unregelmäßigen Periode helfen. Du solltest ihn regelmäßig trinken.

Zutaten:

- 10g Beifuß
- 20g Frauenmantel
- 30g Melisse
- 10g Preiselbeerblätter
- 10g Schafgarbe
- 20g Zitronenverbene



Das musst du tun:

- Alle Zutaten vermischen und mit kochendem Wasser übergießen.
- Die Mischung etwa 10 Minuten lang ziehen lassen.
- Tee genießen.



PMS-TEE

Wann solltest du den Tee trinken?

Der PMS-Tee kann dir während deiner PMS-Zeit bzw. dem Auftreten von PMS-Beschwerden helfen.

Zutaten:

- 12g Schafgarbe
- 12g Brennnessel
- 12g Hirtentäschel
- 12g Frauenmantel
- 25g Liebstöckel



Das musst du tun:

- Alle Zutaten vermischen und mit kochendem Wasser übergießen.
- Die Mischung etwa 10 Minuten lang ziehen lassen.
- Tee genießen.
oder
- Alternativ kannst du dir daraus eine wärmende Auflage für deinen Bauch für ca. 25 Minuten machen.

