

Ehrenpreis senkt "schlechtes" Cholesterin

Ehrenpreis senkt das Cholesterin

Klein, blau, ein wenig unscheinbar – der Ehrenpreis wirkt auf den ersten Blick wie Unkraut. Doch in dem Wiesenpflänzchen stecken heilende Bitterstoffe, die unser Herz schützen: Catalpol und Veronicosid stimulieren die Gallentätigkeit und sorgen dafür, dass **schädliche Blutfettwerte** schneller gesenkt werden. **Außerdem kann Veronica officinalis die Bildung von Cholesterin hemmen.**

Anwendung: 2 TL getrocknetes Ehrenpreiskraut (Apo.) mit 1 Tasse kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen, abseihen. Tee 3-mal täglich lauwarm und in kleinen Schlucken zu den Mahlzeiten trinken. Gut zu wissen: Vorm Zubettgehen getrunken, stärkt das Kraut nach kürzester Zeit die Nerven.