

Tags: Huskurer : från natur och skafferi e-bok apple; Huskurer : från natur och skafferi las online bok; Huskurer : från natur och skafferi ladda ner pdf e-bok; Huskurer : från natur och skafferi bok pdf svenska; Huskurer : från natur och skafferi epub books download; Huskurer : från natur och skafferi MOBI download

---

## **Huskurer : från natur och skafferi PDF E-BOK**

**Karin Berndl,Nici Hofer**



Författare: Karin Berndl,Nici Hofer

ISBN-10: 9789113073996

Språk: Svenska

Filstorlek: 1575 KB

## BESKRIVNING

I de flesta familjer har man sina väl beprövade huskurer ofta har de gått i arv i generationer. Det kan handla om att lindra en förkylning eller stimulera immunförsvaret under årets mörka månader. Ofta är det relativt enkla recept med ingredienser man hittar hemma i skafferiet eller i den nära naturen. Huskurer presenteras ett fyrtiotal olika kurer i form av läkande och lindrande salvor, liniment, omslag, avkok, soppor och teer. Vi får lära oss hur vi kan rensa luftvägarna med salt och kamomill, lindra huvudvärk med ormbunksliniment och få bukt med en uppblåst mage genom ett hopkok av kummin, fänkål och anis. Här finns också läppbalsam av bivax, kokosolja och lavendel, varm löknjölke mot hosta och äppelcurd mot förstoppning. Mycket handlar om att stärka immunförsvaret och det är slående hur mycket i den gamla kunskapen som liknar de senaste rönen. När Karin Berndt och Nici Hofer beskriver de olika ingredienserna så handlar det, precis som i dagens hälsotrender, om alltifrån nyttiga vitaminer och antioxidanter till antiinflammatoriska och antibakteriella egenskaper. Det är något särskilt med att kunna kurer sig själv, och i den här boken får vi mängder av exempel på enkla kurer som får oss att må bättre. Och detta med ingredienser vi ofta redan har tillgång till.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Huskurer mot förkylning och andra åkommor | Allas.se**

I Huskurer presenteras ett fyrtiotal olika kurer i form av läkande och lindrande salvor, liniment, omslag, ...

### **Naturens Skafferi Tranbär koncentrat 1+3 | Naturens Skafferi**

Från stock till stuga, timmer, timmerhus, stockar, träslöjd, snickeri, byggnadsvård, renovering

### **Huskurer : från natur och skafferi av Karin Berndt, Nici Hofer | 132,00 kr**

Skafferi - Shopping ... Skafferi - Köp och Sälj (1) Skafferi - Shopping (774) ... Ditt husapotek : huskurer från det egna skafferiet. 144 kr Bokus. 144 kr

**Huskurer : från natur och skaffereri**

**LÄS MER**