



## Matricaria recutita \*

*Echte kamille*

Gebruik in de keuken : Van de bloemen kan een heerlijke kamillethee gemaakt worden. In de zomer ijsgekoeld en in de winter lekker heet al of niet in combinatie met citroenmelisse. Echte kamille kent ook verschillende toepassingen in de huid-en haarverzorging.

Geneeskrachtige eigenschappen :

Thee van de bloemen heeft een kalmerende werking bij overspanning en slapeloosheid. De thee verhelpt ook maagklachten. Echte kamille heeft ook ontstekingsremmende eigenschappen.

In kamillethee gedrenkte kompressen kunnen op ontstoken of slechtgenezende wonden gelegd worden. het inhaleren van dampende kamillethee is heel goed bij verkoudheid en ontsteking van de sinussens

### Kenmerken

Te gebruiken  
potgrond

Potgrond voor  
Groenteplanten & Kruiden

Aanbevolen  
plantvoeding

Organische meststof voor  
groenten & fruit



# Fotogalerij

