

TINKTUR

Giersch-Tinktur

Sammle Giersch (die frischen kleinen Triebe ab Mitte März)



Zutaten: 2 Handvoll Giersch
Alkohol (B70) 30% - 55%igen „Primasprit“
Messer, Brett
Glas
Sieb

Zubereitung: Pflanzenmaterial so gut wie möglich zerkleinern (erhält so mehr „Angriffsfläche“ für das Auszugsmittel)

1 Teil Pflanze \leftrightarrow 5-10 Teile Alkohol (meine Erfahrung)
Bis zur Hälfte des Glases Pflanzenteile einfüllen und mit dem Alkohol aufgießen. Verschieße das Glas.

Die Tinktur an einem gleichmäßig warmen Ort ohne direkte Sonneneinstrahlung stellen und 2-3 Wochen ziehen lassen. Dabei täglich mind. 1x Schütteln und immer wieder kontrollieren ob alles mit Alkohol bedeckt ist.

Nach der Auszugszeit durch einen möglichst kleinen Filter abseihen. Schwebstoffe die zurückbleiben beeinträchtigen die Haltbarkeit.

In Fläschchen abfüllen und beschriften!
Hind. 1 Jahr haltbar

Verwendbar: innerlich 2-3 Teelöffel / Tag
äußerlich als Einreibung

bei Gicht, Rheuma, Arthrose, Ischiasbeschwerden
und Blasenentzündung