

## Ringelblumenwein



### ZUBEREITUNG

Die Ringelblumen grob schneiden und im Wein erwärmen. Die Mischung sollte nicht kochen!

Bei Frauenleiden oder Darmbeschwerden täglich 100 ml lauwarm trinken. Bei akuter Vergiftung 150 ml sofort lauwarm trinken und ggf. nach 30 min wiederholen. Es ist möglich, dass sich Schaum vor dem Mund bildet oder es zur vermehrten Schleimbildung insbesondere in der Nase kommt.

### SMC-Hinweis

Bei Wild- aber auch bei Gartenkräutern ist es wichtig vor der Verwendung gut zu waschen. Wir empfehlen auch die Kräuter in 1 TL Natron auf 1 l Wasser 10-15 min zu baden oder über Nacht zu ozonieren. Dies ist wichtig, um Parasiten zu vermeiden.

Verwenden Sie nur saubere, am besten mit heissem Essigwasser ausgespülte Flaschen und Gläser. Die Gläser und Flaschen sollten dunkel sein. Giessen Sie die Kräuterweine mit Hilfe eines Trichters durch ein sauberes Baumwolltuch in die Gefässe. Beschriften Sie die Flaschen mit Inhalt und Datum.

### ZUTATEN

für 500 ml

<b>1 Handvoll</b>	Ringelblumen (Blüten und Blätter)
<b>500 ml</b>	Weisswein, biologisch

### Arbeitszeit:

30 Minuten

### Rezept von:

Kochbuch Doctor's Kitchen Talk

Bewahren Sie die Heilgetränke kühl und dunkel auf. Trinken Sie nicht direkt aus der Flasche. Angebrochene Flaschen sollten im Kühlschrank gelagert werden.

### **Tipp**

Wählen Sie nach Belieben Rot- oder Weisswein. Währenddessen Rotwein eher eine beruhigende Wirkung nachgesagt wird, wirkt Weisswein anregend und belebend.

---

---

**Arbeitszeit:**

30 Minuten

**Rezept von:**

Kochbuch Doctor's Kitchen Talk

---

---