



Weißdorn-Blüten-Tinktur

ZUTATEN:

- frische Weißdornblüten
- Wodka o. Doppelkorn (min. 38 % vol.)

ZUBEREITUNG:

Weißdorn-Blüten in ein helles Schraubglas geben und mit Alkohol übergießen.

Glas verschließen und alles 3-4 Wochen an einem hellen, warmen Ort (aber nicht in der prallen Sonne!) ausziehen lassen. Täglich schütteln. Abseihen und in dunkle (Tropfen-) Flaschen füllen.

Tropfenweise (10-20 Tr.), mit Wasser oder Tee einnehmen.

Im Sommer eine Tinktur der Weißdorn-Blätter ansetzen und im Herbst eine Tinktur der Weißdorn-Beeren, diese drei Tinkturen dann mischen, somit kannst du die volle Kraft und Energie des Weißdorn auskosten. Der Weißdorn fördert die Durchblutung des Herzmuskels und entspannt diesen. Trägt somit dem Wohlbefinden bei niedrigem UND bei hohem Blutdruck bei. Erhöht die Leistungsfähigkeit und mindert nervliche und psychische Überlastung.