



Bärlauch Tinktur



Zutaten:

- ❖ 200g Bärlauch
- ❖ 1L Korn 38%

Zubereitung:

Die zerkleinerten, gewaschenen Blätter werden in Alkohol eingelegt und ca. 3 Wochen an einem warmen, sonnigen Platz aufgestellt. Danach werden die Blätter herausgefiltert und die Tinktur in einer dunklen Flasche luftdicht verschlossen aufbewahrt.

Dosierung: 3mal täglich 10 – 20 Tropfen

Gutes Gelingen!