

Fichtenspitzenöl



Zutaten:

- ❖ Distelöl
- ❖ 4 Hand voll Fichtenspitzen

Zubereitung:

1. Fichtenspitzen zerkleinern, in ein sauberes Glas geben und mit Öl übergießen, bis alles bedeckt ist.
2. Glas gut verschließen und für 3 Wochen an einem sonnigen Platz stehen lassen. Öl abseihen und in dunkle Flaschen füllen.

Anwendung: bei Erkältungen 3-mal täglich ca. 10 Tropfen auf ein Stück Würfelzucker oder mit Wasser einnehmen bis sich die Beschwerden bessern.

Gutes Gelingen!