

## **Bauernpenicillin**

2 Hände voll Blätter der Kapuzinerkresse waschen, mit einer Küchenrolle gut abtrocknen. Die Blätter in ein gut verschließbares, sauberes, mit heißem Wasser gespültes Glas geben. 250ml Ansatzkorn darüber gießen, sodass alle Blätter unter dem Flüssigkeitsspiegel sind, dann ca. 4 Wochen in der Sonne stehen lassen. Anschließend abseihen, die Blätter gut ausdrücken und in saubere, dunkle Fläschchen mit Tropfvorrichtung abfüllen.

Anwendung: bei ersten (!) Verkühlungssymptomen 3x tgl. 5 Tropfen direkt auf die Zunge, oder in ein Glasstamperl mit Wasser verdünnt geben (nicht mit Metall in Berührung bringen – kein Löffel). 10min. vor und nach der Einnahme nicht essen, nicht trinken, nicht Zähne putzen (dies gilt für alle pflanzlichen Produkte und Homöopathika). Wirkt phänomenal gut!

## **Apfel – Zimt – Balsam**

Zutaten: 100ml Sonnenblumen- Oliven- oder Mandelöl

15g Bienenwachs

1 kleiner Apfel

1TL Zimt

40%iger Alkohol in einer Sprühflasche

Zubereitung: das Öl erhitzen, den geschälten und fein geraspelten Apfel ganz gut ausdrücken und mit dem Zimt dazu geben. Aufkochen, 30min. ziehen lassen und durch ein feines Sieb abseihen. Das gefilterte Öl mit Bienenwachs schmelzen, nicht kochen. Anschließend in mit Alkohol desinfizierte Tiegel abfüllen. Nicht vergessen auch die Deckel zu desinfizieren. Der Balsam hält 3 Monate, im Kühlschrank 6 Monate.

Als Balsam zum Schutz der Lippen im Winter, aber auch bei Ekzemen genial wirksam. Sogar die Neurodermitis meiner Enkelin ist in einer nicht akuten Phase verschwunden.