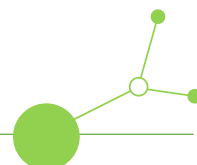


Výroba balzamu a tinktúry z liečivých bylín





Návod na výrobu bioproduktov v domácom prostredí

Výroba balzamu a tinktúry z liečivých bylín

Ukážeme Vám, ako jednoducho a efektívne využiť liečivú silu prírody na prípravu vlastných balzamov a tinktúr. Tieto prírodné produkty sú skvelým spôsobom, ako sa starať o svoje zdravie a pohodu s pomocou darov, ktoré nám ponúka príroda. Proces je jednoduchý a vhodný aj pre začiatočníkov, takže sa nemusíte obávať, ak s domácou výrobou ešte len začínate.

Pripravte sa na kreatívnu aktivitu, ktorá vám prinesie nielen potešenie, ale aj praktické využitie v každodennom živote.

Balzam

Budeme potrebovať:

- Včelí vosk
- Kokosový olej
- Olivový olej
- Rozmarín
- Nechtík lekárske (čerstvý aj sušený)
- Vonné silice (napr. mäta, čajovník, ... - opatrne s tymiánom a materinou dúškou)
- Nádobky na hotový balzam
- 2 misky
- Varecha, naberačka, nožnice, nôž

Postup:

1. Vo vodnom kúpeli roztopíme včelí vosk spolu s kokosovým a olivovým olejom (pomer 1:1:1).
2. Do rozpustenej zmesi pridáme kvety čerstvého nechtíka a nastrihaný rozmarín. Všetko spolu, za občasného miešania, varíme 10 min.
3. Zmes odložíme odstáť na 24 hodín.
4. Odstátu zmes po 24 hodinách opätovne rozpustíme vo vodnom kúpeli, necháme prejsť varom a následne ju cez sitko precedíme. Použijeme sitko s väčšími otvormi, aby sme predišli jeho upchatiu.



5. Do zmesi pridáme vonné silice.
6. Následne zmes udržiavame horúcu vo vodnom kúpeli na miernom ohni.
7. Pripravíme si nádoby na balzam, do ktorých ako dekoráciu nasypeme sušený nechtík.
8. Pomocou vhodného kuchynského náčinia prelievame balzam do nádobiek. Až po jeho stuhnutí je možné nádobku uzatvoriť. Týmto je balzam pripravený na použitie.

Balzam má svojím zložením regeneračné a zvláčňujúce účinky. Dá sa použiť ako balzam na pery, odstraňuje a lieči herpes. Použiť ho môžete tiež ako balzam na suché ruky, na tvár, na štípance, poranenia či vyrážky.



Tinktúra

Budeme potrebovať:

- Zelené vlašské orechy
- Alkohol
- 4l pohár
- Klinčeky
- Škorica celá
- Badián
- Vanilkový struk
- Cukor

Postup:

1. Do 3/4 pohára si vložíme pozdĺžne nakrájané orechy.
2. Pridáme balenie škorice, klinčekov, badiánu a kúsky vanilkového struku.
3. Pridáme cukor (podľa chuti, avšak aby tinktúra nebola príliš sladká).
4. Všetko zalejeme alkoholom (napr. vodkou).
5. Zamiešame a pohár odložíme na 3 týždne na slnečné miesto. Občas obsah poháru zamiešame.
6. Po 3 týždňoch scedíme a prelejeme do vhodných nádob.

Tinktúra slúži na odstránenie a vypudenie črevných parazitov z tráviacej sústavy. Užívame ju 3x denne po 30 kvapiek (1 čl) aspoň 15-30 minút pred jedlom. V prípade akýchkoľvek žalúdočných kŕčov alebo iných pretrvávajúcich problémov prerušte užívanie tinktúry. Pred použitím zopár krát pretrepeme, aby sa tinktúra dobre premiešala.

POZOR: Tinktúra obsahuje alkohol, a preto sa neodporúča hneď po požití šoférovať motorové vozidlo.