

## EINFACHE, ALKOHOLHALTIGE TINKTUR (50 ML) <sup>\*</sup>

Dafür möglichst reinen Alkohol (KbA) 96,5 Prozent, jedoch mindestens 70 Prozent Ethanol (keinen Isopropylalkohol!) verwenden.

12 g getrocknetes,  
fein zermahlene  
Pflanzenmaterial  
(Blüten und Blätter)

Pflanzenteile in ein Schraubglas geben und mit 50 ml Alkohol begießen. Bei Raumtemperatur lagern und ein- bis zweimal täglich schütteln.

Nach 3 Tagen durch ein Tuch oder Sieb geben und in eine kleine, braune Flasche abfüllen.

Die Pflanzenteile können erneut mit Alkohol begossen werden, die Tinktur im zweiten Aufguss ist etwas schwächer, aber dennoch wirksam.

Wenn der Alkoholanteil ohne Hitze reduziert werden soll, wird der Auszug in eine kleine Schale mit einer großen Oberfläche gegeben und etwa zwei bis fünf Stunden an einen gut belüfteten, dunklen Ort gestellt, der sicher vor Feuer und Kinderhänden ist.