

Baldrian-Blütenextrakt selbst zubereiten?

Beitrag von „filou*“ vom 22. Juli 2020, 20:58

Hallo Helmut,

hier meine Methode wie ich es schon einige Jahre mache:

Blütenstand (die Blüten sollten gerade so geöffnet sein)



Pflanze



Gesammelter Baldrian



Stängel nach abernten der Blüten



Einige Stunden später die reine Blütenausbeute 😊



Mit einem Stabmixer und nur wenig abgekochtem Regenwasser damit es einen Brei gibt gut zerkleinern



Den Brei 3 bis 4 Tage in einem geschlossenen Behälter warm aufstellen(Gärung) und anschließend durch ein Leinen oder Gerschirrhandtuch pressen.Dann

anschließend nochmal über einen Filter in Flaschen füllen.



Dann wie Michi schon schrieb kühl und dunkel aufbewahren.

Kann man dann mehrere Jahre verwenden.

Viel Spaß und vor allen Dingen viel Zeit beim nachmachen 😊