

WELCHES GEMMO-MAZERAT WOFÜR?

Schwarze Johannisbeere

Ribes Nigrum

Der **Klassiker** unter den Gemmo-Mazeraten! Es stärkt die **körpereigene Widerstandskraft** und wird gern als **"pflanzliches Kortison"** bezeichnet. Unterstützt u.a. bei **Erkältungen, Allergien, chronischem Schnupfen**.

Art. 22019

Birke

Betula pendula

Frühjahrsmüdigkeit adé!

Die Birke ist bekannt für ihre **blutreinigende** und **harntreibende Wirkung**. Gerade im Frühjahr eignet sich der **stoffwechselanregende** Knospen-Auszug für eine **Entgiftungs- und Entschlackungskur**.

Art. 22017

Haselstrauch

Corylus avellana

Art. 22032

Der Auszug aus den Haselknospen kann besonders bei **Bronchialleiden, Husten** und wiederkehrenden **Lungenthemen** unterstützen.



In unserem Sortiment findest du (neben den hier erwähnten Gemmos) ein **breites Angebot an Gemmomazeraten** - im praktischen Pumpzerstäuber, für die direkte Anwendung als **Mundspray**.



GEMMO-MAZERATE

Heilsame Knospen-Auszüge

Gemmos für die Hausapotheke

REZEPT

Wie kann ich **eigene Gemmomazerate** herstellen?



KRÄUTER & GEIST

GESUNDHEIT AUS DER NATUR

4722 Peuerbach

Hauptstraße 8

www.kraeuterundgeist.at

sandra@kraeuterundgeist.at

+43 (0) 7276 | 20104

WAS SIND GEMMOS?

KNOSPEN - KLEIN ABER OHO!

Gemmomazerate, kurz "**Gemmos**" (**Knospe** = lat. **Gemma**) sind pflanzliche Auszüge aus jungen, frischen Pflanzenknospen, die mithilfe einer **Glycerin-Alkohol-Wasser-Lösung** extrahiert werden. In den Knospen steckt die ganze **Power einer Pflanze** in geballter Form. Sie enthalten **wertvolle Inhaltsstoffe**:

Enzyme, Wachstumshormone, Flavonoide, Gerbstoffe, ätherische Öle, Phytoproteine... Diese besondere Kraft kann durch das **Mazerat** verfügbar gemacht und zur Erhaltung der Gesundheit eingesetzt werden - **präventiv**, wie auch bei **akuten und chronischen Beschwerdebildern**.

DOSIERUNG ERWACHSENE

Täglich 3 x 3 Sprühstöße in den Mund

Das Gemmo vor dem Hinunterschlucken kurz im Mundraum wirken lassen, da die Inhaltsstoffe über die Mundschleimhaut besonders gut aufgenommen werden.

Bei **akuten Beschwerden**, zB bei Allergieschub oder beginnender Erkältung, kann der Knospenauszug auch mehrmals pro Stunde (3-4 x) angewendet werden. Bitte aber nicht über einen längeren Zeitraum in so hoher Dosierung einnehmen.

DOSIERUNG KINDER

Kinder ab 7-8 Jahren: 2 Sprühstöße/Tag
(noch Jüngere: 1 Sprühstoß/Tag)

Mehr Infos zum Thema findest du auf kraeuterundgeist.at/blog



DIE WICHTIGSTEN ZUTATEN

ZUR EIGENEN HERSTELLUNG VON GEMMOS

Von etwa Mitte Februar bis Mitte März ist für **Kräuterversierte** die Zeit des (**achtsamen!**) **Knospensammelns** angesagt, um diese anschließend im **Alkohol-Glycerin-Wasser-Gemisch** auszuziehen. Um ein hochwertiges und wirksames Produkt herzustellen, sollte auf eine gute **Bio-Qualität** der Zutaten geachtet werden.

BIO-GLYCERIN AUS LEINSAMEN

Art.10045

- ohne Soja
- palmfrei
- genfrei



Glycerin wird nicht nur gern in der **Kosmetik** eingesetzt (zur Feuchtigkeitsbindung in der Haut), es eignet sich auch gut als **Auszugsmittel** für Kräuter & Knospen. Durch seinen süßlichen Geschmack werden Auszüge daraus auch von Kindern gern eingenommen.

BIO-WEINGEIST

Art.10129

- Trinkalkohol 96 % vol. Alc.
- nicht vergällt
- geschmacksneutral
- geruchsneutral



REZEPT

DIY GEMMOMAZERAT FÜR DIE HAUSAPOTHEKE



DAS BRAUCHST DU

3 g Knospen

60 g Bio-Glycerin 98% pflanzlich

60 g Bio-Weingeist

60 g Wasser, zB Quellwasser od. destilliertes Wasser

Schraubglas, Braun- oder Blaugläser,

Zerstäuberaufsatz

SO STELLST DU DEIN GEMMO HER

Glycerin, Weingeist und Wasser in das Schraubglas geben und homogen vermischen. Die Knospen gut zerkleinern und ebenfalls ins Schraubglas geben. Das Knospenmaterial muss gut bedeckt sein. Das Glas verschließen und ca. 3 Wochen an einem Platz ohne direkte Sonneneinstrahlung stellen, dabei täglich schütteln.

Nach der Auszugszeit sauber filtrieren und in **Braun- oder Blaugläser** abfüllen. Mit einem Zerstäuberaufsatz verschließen.

Beschriften (inklusive Abfülldatum) nicht vergessen. Haltbarkeit: max. 2 Jahre



Art.60014

Natürlich findest du bei uns auch **passende Braun- oder Blauglasfläschchen** mit Zerstäuber-Aufsatz, in die du deine Gemmos abfüllen kannst.