

Propolis-Tinktur

Eine Propolis-Tinktur kann man aus Propolis-Harz beziehungsweise Propolis-Pulver selbst herstellen. Wenn man Harz verwendet, wird dieses zuerst zu Pulver verarbeitet. Je feiner das Pulver wird, desto besser und schneller lösen sich die Wirkstoffe im Weingeist.

Mit Propolis-Tinkturen wird die Einnahme und äusserliche Anwendung des Propolis-Harzes leicht gemacht. Propolis ist in Form einer Tinktur flüssig und man kann es tropfenweise anwenden.

Die Tinktur kann man entweder pur oder verdünnt mit Wasser, Tee oder Milch verwenden. Sie eignet sich auch zur Einarbeitung in Cremes und Salben.

Man kann die Tinktur auch zu Propolis-Extrakt weiterverarbeiten.

Zutaten:

- 50 gr Propolis-Harz oder Pulver
- 100 ml 70%igen Weingeist (aus der Apotheke)

Zubereitung:

- Stecken Sie das Propolis-Harz in ein Tiefkühlfach bis es gefroren ist.
- Mahlen Sie das spröde, gefrorene Harz in einer alten Kaffeemühle zu Pulver oder zerkleinern Sie es mit einem Mörser.
- Geben Sie das Propolis-Pulver in ein Schraubdeckelglas.
- Übergießen Sie das Propolis-Pulver mit dem Weingeist.
- Verschlussen Sie das Glas.
- Lassen Sie es an einem mindestens zimmerwarmen Ort für zwei bis sechs Wochen ziehen.
- Filtern Sie die Tinktur dann durch einen Kaffeefilter aus Papier.
- Der Filtervorgang kann sich einige Stunden hinziehen, wenn das Propolis-Pulver sehr fein ist.
- Füllen Sie die Propolis-Tinktur in eine dunkle Flasche.
- Beschriften Sie die Flasche mit Inhalt und Datum.
- An einem kühlen Ort gelagert hält sich so eine Tinktur mindestens ein Jahr.

Haltbarkeit:

Kühl und dunkel gelagert, bis zu einem Jahr.

Sicherheitshinweise zu Bienenprodukten: Die Verwendung von Pollen, Propolis, Bienengift, Honig und Wachs kann unter Umständen zu allergischen Reaktionen führen. Bei reizempfindlicher Haut oder einer Allergie gegen Bienenprodukte sollte man natürlich diese Eigentherapie nur in Absprache mit dem Arzt durchführen. Es betrifft besonders Pollenallergiker. Alle Propolis- und Honig-zubereitungen sind lichtempfindlich! Man sollte sie daher immer in dunklen Gläsern oder Tiegeln jedoch niemals in Metall und vor allem kühl aufbewahren.

Propolis: Der Verkauf von Rohpropolis ist in Deutschland erlaubt. Medizinische Propolisprodukte wie z.B. Propolis-Tinkturen und Extrakte oder Salben mit entsprechenden Inhaltsstoffen dürfen in Deutschland nicht ohne weiteres verkauft werden

Kosmetische Produkte: wie z.B. Cremes, Salben, Seifen, Pflegestifte unterliegen in Deutschland der Kosmetikverordnung und müssen zugelassen werden. Die Herstellung für den Eigenbedarf ist zulässig. Ein Verkauf ist ohne Zulassung nicht zulässig.