

Maiwipferlsirup

Alle die heuer schon in meinem Kurs „Alte Hausmittel – Neu entdeckt“ waren kennen ihn schon - den Maiwipferlsirup.

Man wendet ihn an bei Husten, Bronchitis, Verschleimung und leichtem Asthma.

Die Wipferl enthalten ätherische Öle, Harze, Tannine sowie reichlich Vitamin C und haben balsamische, auswurfördernde, leicht antiseptische Eigenschaften.

Wie der Name schon sagt ist jetzt die beste Zeit um sich seinen Vorrat für die nächste Erkältungszeit anzulegen und den Sirup anzusetzen.

Dazu brauchte man die frischen, hellgrünen Triebe – die Wipferl - von Tanne oder Fichte, die man, natürlich gewaschen und gut abgetropft, mit mindestens gleichschwer Zucker schichtweise in ein weithalsiges Glas füllt bis es voll ist. Mit einer Zuckerschicht aufhören. Wahlweise können auch Zitronenscheiben mit hinein ins



Glas. Dann verschließen, 14 Tage in die Sonne stellen, dann 6 Wochen in den Halbschatten. Es bildete sich ein bräunlicher Sirup, der nicht nur gegen Erkältungskrankheiten hilft, sondern auch gut schmeckt. Daher wird er auch von Kindern

gerne genommen. Übrigens macht es ihnen auch Spaß beim Wipferlzupfen und ansetzen zu helfen. Selbst gemacht wirkt bei Kindern doppelt gut.

Ist der Sirup fertig, wird er durch ein feines Sieb abgossen und in kleine Fläschchen gefüllt, bis er gebraucht wird.

Am besten wird er kühl und dunkel gelagert. Es können sich mit der Zeit Schwebstoffe ablagern. Einfach gut durchschütteln.

Verabreicht wird der Maiwipferlsirup in Dosen von

3 x täglich 1 Teelöffel.

Ich wünsche viel Erfolg

