

Frühlingsrezept Veilchensirup nach Richard Willfort:

Zutaten:

- ☼ *Viele frisch gepflückte Veilchen:
Man verwendet wohlriechende, echte
Veilchen oder auch Hundsveilchen,
die zwar nicht so gut duften, sich in
der Wirkung aber nicht unterscheiden.*
- ☼ *Wasser*
- ☼ *Honig oder Rohrzucker*



Herstellung:

1. Man gieße auf bis zu 1 Liter gut zusammengepresste Veilchenblüten einen Liter gut abgekochtes heißes Wasser auf und lässt es 10 Std. ziehen.
2. Nach dem Abseihen erwärmt man den so gewonnenen Saft bis zur Siedehitze und gießt ihn wiederum auf frisch gepflückte Veilchenblüten, lässt wieder 10 Std. ziehen und wiederholt diesen Vorgang noch durchaus 2 - 3 Mal, je öfter desto besser.
3. Nach dem letzten Auspressen und Abseihen der Veilchen erhitzt man den Saft nochmals gut und fügt dem so gewonnen Saft so viel Honig zu, bis ein **sirupartiger Brei** entsteht. In saubere Flaschen füllen und gut verschließen. Hält einige Monate.

Verwendung:

Dieser Sirup, teelöffelweise bei Bedarf eingenommen, heilt Schlaflosigkeit, löst die Verschleimung der Atmungsorgane und ist herzstärkend.

Blüten & Kräuter Werkstatt / Mag. Tamara Loitfellner
Dipl. TEH-Praktikerin (Traditionelle europäische Heilkunde)
Dipl. Wildkräuterguide, Zertif. Grüne Kosmetik Pädagogin
Tel: 0676-644 90 91

E-Mail: tamara.loitfellner@kabsi.at
<https://blüten-kräuter-werkstatt.at>