

BITTERKRÄUTER



- Verbessern die Verdauung
- Reinigen den Körper
- Regen das zentrale Nervensystem an
- Immunstärkend
- Hilfreiche Wirkung des gesamten Organismus

IN UNSERER GÄRTNEREI

ENGELWURZ

MARIENDISTEL

BEIFUSS

KURKUMA

BIBERNELLE

INGWER

KARDAMOM

PIMPINELLE

ROSMARIN

SALBEI

SCHAFGARBE

TAUSENGÜLDENKRAUT

WERMUT

WEINRAUTE

TIPPS

VON UNS GÄRTNER

BITTERPULVER HERSTELLEN:

- **10gr** Wermutkraut
- **10gr** Schafgarbenkraut
- **12gr** Wacholderbeeren
- **10gr** Anissamen
- **12gr** Fenchelsamen
- **10gr** Kümmelsamen
- **19gr** Bibernelnenswurzeln

Alle Zutaten am besten getrocknet (bei den Kräutern) mischen und fein mörsern, z.B. im Thermomix.

