



# Kräuterhexenpost

Vom Ferienparadies Daxlberger Hof  
Theo und Gabi Buchöster  
Daxlberger Straße 8  
D-83313 Siegsdorf  
Fon: 08662-9264



## Immun-Kräuteressig

von Gabi Buchöster, Daxlberger Hof

### Zutaten:

- 1 Hand voll Kapuzinerkresseblätter
- 10 Schafgarbenblättchen
- 1 kleine Zwiebel
- 10 Ringelblumenblüten
- 1 Hand voll Kapuzinerkresseblüten
- 1 Zimtstange
- 1 EL frisch geriebener Meerrettich
- 1 l naturtrüber Bio-Apfelessig

### Zubereitung:

**K**apuzinerkresseblätter und die Schafgarbenblättchen auf einem Brett mit einem Wiegemesser fein schneiden. Die Zwiebel abziehen und in dünne Ringe schneiden.

**D**ie Blüten mit den zerkleinerten Kräutern, den Zwiebelringen, der Zimtstange und dem geriebenen Meerrettich in ein Glas geben und mit dem Apfelessig übergießen.

**D**as Ganze 4 Wochen ziehen lassen und danach abseihen und in Flaschen füllen.

### Tipp:

Täglich morgens 1 TL Immun-Kräuteressig in einem Glas Wasser einnehmen.