



Uschi blüht auf / Rezept von Uschi Zezelitsch
4.6.23

Echter Nelkenwurz - Medizinwein

Zutaten:

0,5l Rotwein (Burgunder)

frische oder getrocknete zerkleinerte Nelkenwurz-Wurzeln

1 Zimtstange

10 Kardamomkapseln

Ingwer

Galgant

Weihrauchkörner

Rosenblüten

Zitronenschalen

3 EL Honig

5 Fäden Safran

Ich verwende den Wurzelstock der Heilpflanze zur Ausleitung von Giftstoffen und Schwermetallen, in Form einer Tinktur zum Beispiel. Aber besonderen Anklang findet mein „Hypocras“ – ein würziger Medizinwein nach altem Rezept.

Ich erwärme den Rotwein (meist Burgunder). In diesen halben Liter kommt die Hauptzutat: frische oder getrocknete, zerkleinerte Wurzeln von der Nelkenwurz. Zur Unterstützung – also zur Ausleitung und für ein paar Streicheleinheiten für Magen und Darm, aber auch als leichtes Antidepressivum und zur Anregung – gebe ich jetzt noch 1 Zimtstange, ca. 10 Kardamomkapseln (im Mörser angequetscht), etwas Ingwer und Galgantwurzel, ein paar Weihrauchkörner, eine kleine Hand voll Rosenblüten, ein paar Zitronenschalen, 3 EL Honig und 5 Safranfäden dazu.

Achtung, die Temperatur nicht über 50°C C steigen lassen.

Ich lasse den Wein meistens noch 1 Tag ziehen, bevor ich ihn abseihe und abfülle.

Gekühlt ist dieser Medizinwein ca. 2 Monate haltbar.

Er kann kalt oder warm getrunken werden – in kleinsten Mengen versteht sich - am besten vor oder nach dem Essen. Und nach altem Brauch eventuell aus einem Zinnbecher. Er kann die Verdauung fördern, die Fettverbrennung und den Gallenfluss anregen.