

Widerstandskraft

# Winterlikör

**ZUTATEN:** 330 ml dunkles Bier, 140 g Rohrohrzucker, 1 Stück Ingwerwurzel, abgeriebene Schale einer ½ unbehandelten Orange oder Zitrone, ¼ Zimtstange, 1 Gewürznelke, 300 ml Cognac

**ZUBEREITUNG:** Das dunkle Bier in einem Topf langsam erhitzen, Zucker und Gewürze zugeben, 10 Minuten köcheln lassen. Abkühlen lassen und den Cognac zugeben. Abseihen. Likör in eine Glasflasche füllen und zum Nachreifen drei Monate im kühlen Keller stehen lassen.

**ANWENDUNG:** Im Winter täglich ein Likörglas voll (zimmerwarm) trinken. Stärkt die Widerstandskraft.



**HOPFEN** Die kleinen Dolden des Hopfens bergen eine Fülle von heilkräftigen Wirkstoffen. Die Bitterstoffe Humulon und Lupulon sind für die beruhigende und schlaffördernde Wirkung zuständig, Gerbstoffe sind virenhemmend, Xanthohumol

wird sogar von der Krebsforschung untersucht. Der Echte Hopfen (*Humulus lupulus*) wurde im Jahr 2007 zur Arzneipflanze des Jahres gewählt

Schon ein Glas  
des Hopfenlikörs  
täglich stärkt das  
Immunsystem und  
lässt Sie besser  
durch den Herbst  
kommen

