



## Imkerrezept gegen Erkältungen, Bronchitis, Mandel- und Zahnfleischentzündungen

Schon wenn man denkt, man könnte sich angesteckt haben, ohne bereits Symptome zu verspüren, lutscht man vorbeugend eine erbsengrosse Menge Propolis oder esse (kaue) mehrmals eine Gabel voll rohes Bio-Sauerkraut.

Propolis ist bekannt dafür, dass es Bakterien, Viren und Pilze abtötet. Sauerkraut enthält die wertvolle Milchsäure, welche Bakterien abtötet.

Jeder Imker sollte beim Propolissammeln besonders darauf achten, dass es von guter

Qualität ist. Es darf nicht mit Wachs durchmischt sein. Man achte auf Farbe und Klebrigkeit. Reines Propolis ist auch im Geschmack intensiver. Dabei sammle ich zuerst das reine Propolis, das durchgemischte verwende ich dann für Auszüge in Alkohol.

Bei den genannten Infekten wende man Propolis in reiner Form dreimal täglich nach den Mahlzeiten an, indem man eine grosse Menge Böhnchen lutscht und sie im Munde bewegt. Besonders wirksam ist es, wenn man Propolis während der Nacht in der Backettasche oder am Gaumen festklebt. Dabei werden die Geschmacksnerven gestört. Nach Beendigung der Einnahme, normalisiert sich das wieder. Ich war bei dieser Anwendung

selbst die Testperson. Mein Umfeld hustete und nieste, sodass es auch mich erwischte. Während alle mindestens drei Wochen darunter litten, war ich dank Propolis in der Lage, in nur einer Woche den Infekt gänzlich abzuwehren. Ich machte Halsweh, Schnupfen und Husten in sanfter Form durch, ohne richtig krank zu sein. Auch pinselte ich meine Nasenlöcher mit Propolistinktur aus.

Eine Nachbarin hat sogar ihre hartnäckige Nebenhöhlenentzündung damit bekämpft und kuriert. Allerdings ging das viel länger. Man merke sich: Die Heilmittel der Natur und von unseren Bienen sind da, um angewendet zu werden!

Friedericke Rickenbach,  
Zürich ☐



Frisch gewonnenes Propolis.

FOTO: FRIEDERICKE RICKENBACH

## Kirschensuppe mit Vanilleeis

Rezept für 5–6 Personen

- 1 kg Kirschen
- 2 ½ dl Wasser
- 5 dl Moscato d'Asti oder anderer Süsswein
- 2 Esslöffel Noilly Prat oder süsser weisser Wermuth
- 1 Vanille-Stängel
- 3 Zweige Zitronenmelisse
- 3–4 Esslöffel Blütenhonig
- 2 Teelöffel Zitronensaft
- 1 gehäufte Teelöffel Maizena
- 5–6 Kugeln Vanilleeis (oder Sauerrahm)
- Zitronenmelisse Blätter zur Dekoration

Das Wasser zusammen mit dem Wein, dem Noilly Prat und den entsteineten Kirschen langsam erwärmen. Die Kirschen können auch mit den Steinen verwendet werden, das Kirschen-Aroma ist dann noch ausgeprägter – andererseits kann es als unangenehm empfunden werden, wenn während des Essens die Steine aus dem Mund genommen werden müssen.

Den aufgeschlitzten Vanille-Stängel und die Zitronenmelisse-Zweige sowie einen Esslöffel Ho-

nig beifügen und alles drei Minuten auf kleinem Feuer köcheln lassen. Vom Feuer nehmen und die Kirschen mit einem groben Sieb aus dem Sud entfernen – in eine Schüssel legen. Der Vanille-Stängel und die Zitronenmelisse bleiben im Sud. Den Sud nochmals aufkochen und das in

wenig Wasser gelöste Maizena unterrühren. Wieder vom Feuer nehmen und den Zitronensaft sowie nach etwa 10 Minuten den restlichen Honig unterrühren. Durch ein Sieb über die Kirschen giessen. Alles erkalten lassen. Die Schüssel zugedeckt in den Kühlschrank stellen und

mindestens drei Stunden gut durchkühlen lassen.

Zum Anrichten je eine Suppenkelle mit Kirschensuppe in die Teller verteilen. Eine Kugel Vanilleeis in die Mitte setzen und mit einem Zweig Zitronenmelisse garnieren.

Guten Appetit wünscht Ihnen  
Beatrice Brassel ☐



FOTO: BEATRICE BRASSEL