

SVÍZEL/ LIPKAVEC



Svízel (galium) můžete využívat od časného jara do podzimu. Doporučuje se sbírat v plném květu – to má nejvíc účinků. Obsahuje minerály, třísloviny, enzymy, saponiny a také kyselinu křemičitou.

Máme svízel přitulu/ lipkavec obyčejný, syřišťový/ syridlový a povázku/ mäkký.

Svízel přitula/ obyčejný se na vás přilepí a kvete malinkými bílými kvítky. Svízel povázka/ mäkký kvete malinkými drobnými bílými kvítky a nelepí se. Svízel syřišťový/ syridlový má kvítka žlutá a také se nelepí.

Všechny mají stejné účinné látky. V čajích jí dávejte do směsí s aspoň dalších 2 bylinkami.

Kde nám pomáhá:

- podporuje a čistí lymfu a lymfatický systém, čistí a zbavuje přebytečné vody – tím stimuluje ledviny a čistí i játra, slezinu, slinivku břišní.
- při zánětech močových cest – dolních i v ledvinách
- epilepsie - jako prevence
- hlasivky - kloktání
- zevně na špatně se hojící rány, popáleniny, vyrážky, kožní problémy – buď čerstvou jako kaši nebo silný nálev

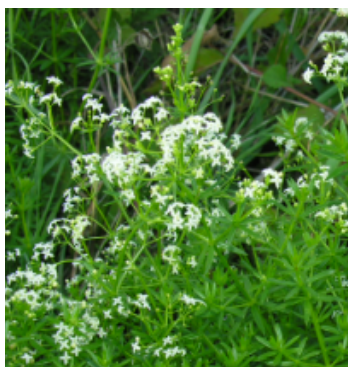
Co z ní:

- čaj - do směsi s jinými bylinkami, obsahuje kyselinu křemičitou, která je dobrá pro naše vlasy a nehty, ALE je rozpustná pouze ve vodě, ne v tucích
- tinktura – využijte kvetoucí nať
- obklady – z nálevu nebo přímo čerstvé bylinky
- mast na kožní choroby, rychlá mast na popáleninu – svízellová šťáva smíchaná s čerstvým máslem.
- likér – kvetoucí svízel (10-15 celých rostlin s lodyhou) natrhat na menší kousky, přidat na kousky nakrájenou kůru z ½ bio citronu, šťávu z 1 citronu, 4 lžíce cukru, 3 hřebíčky, 1 celou skořici a 1 kuličku rozdrčeného jalovce a zalít 0,5l ovocné pálenky, 4-6 týdnů na slunném místě, protřepávat, přecedit a pak do chladu a temna, štamprlička na noc – má mírný sedativní účinek

přitula/ obyčejný



povázka/ mäkký svízel



syřišťový/syridlový

