

## Herstellung eines einfachen alchemistischen Gäransatzes aus Pflanzen

Ziel: Transformation der Wirkstoffe zur Potenzierung und zur besseren Verträglichkeit

- 1) Pflanzen in ausreichender Menge sammeln. Es muss so viel sein, dass ca. 50% - 75% der Flasche / des Gärballons gefüllt sein wird, nachdem die Pflanze zerkleinert wurde. Nur gesunde Pflanzenteile verwenden.
- 2) Pflanzen säubern und waschen. Es muss hier nicht übertrieben werden, denn der Gäransatz liebt die natürlichen Bakterien. Die gehören dazu, ein wenig Erde stört auch nicht. Vertrocknete und verdorbene Stellen konsequent weg scheiden.
- 3) Pflanzen möglichst fein zerkleinern. Das geht sehr gut mit einem Mixer, oder Pürrierstab oder ähnlichem (dabei dann unbedingt ein wenig Wasser zugeben, sonst geht es nicht). Oder einfach ein Messer nehmen. Pflanzenbrei gärt am leichtesten und da wird dann auch die Pflanzenessenz am besten heraus geholt. Wichtig: Je kleiner hier die Pflanze zerstoßen wird, desto einfacher die nächsten Schritte.
- 4) Gärfflasche reinigen (möglichst nicht mit Spülmitteln oder ähnlichem, das ist nicht notwendig). Bist Du Dir unsicher, ob das Gefäß sauber genug ist, dann besser heisses Wasser zum Desinfizieren nehmen. Glas langsam an die Temperatur gewöhnen dabei.
- 5) Zerkleinerte Pflanzen in die Gärfflasche geben. Hier muss nicht mit Handschuhen gearbeitet werden.
- 6) Lauwarmes Wasser auffüllen, bis ca. 70% gefüllt ist. Welches Wasser ? Alles ist erlaubt, aber:
  - a) Leitungswasser bitte laufen lassen. Da sind Spuren von Schwermetallen drin, und noch ein paar andere Dinge. Das hemmt nur die Gärung. Laufen lassen bis es kühler wird reicht aber vollkommen aus.
  - b) Mineralwasser ohne Kohlensäure: bitte nur regionales verwenden, da sich sonst die Isotopenverteilung (kommen wir noch drauf<sup>9</sup> verändert).
  - c) Quellwasser: nur regionales nehmen (siehe c) )
  - d) Destilliertes Wasser: geht auch, machen die obergenaue Alchemisten. Ist aber für das was wir hier machen egal.
- 7) Zucker dazu geben ?

Das ist nun eine philosophische Frage. Bei komplexen alchemistischen Ansätzen total verboten, hier ist es aber durchaus erlaubt. Was bringt der Zucker ? Er ist das Futter für die Bakterien, und es gibt einfach mehr Alkohol. Muss aber nicht sein, aber dann gibt's weniger Alkohol. Bitte folgendes selber entscheiden: Die Wirkung wird durch den Zucker um ca. 10% verringert. Aber es entsteht deutlich mehr Alkohol. Hinweis: Ich arbeite oft mit Zucker. Menge: ca. 10% der Füllmenge, also bei 0,5 Liter Pflanzenmasse inklusive Wasser sind dann = 50 Gramm.
- 8) Hefe ansetzen in etwas lauwarmem Wasser. Es reicht in der Regel eine Tüte Trockenhefe (ganz normale aus dem Laden). Alternativ geht auch natürlich Frischhefe (Bio). Etwas Zucker hinzu geben. Sonst fängt die nicht an zu leben.
- 9) Nach ca. 30 Minuten sollte sich die Hefe ordentlich vermehrt haben. Dann komplett in die Gärfflasche geben. Nun sollte die Flasche zu nicht mehr als 75% gefüllt sein.
- 10) Alles Schütteln, am besten dabei verschliessen. Falsche umdrehen ist auch gut.

11) Gärverschluss aufsetzen. Darauf achten, dass der dicht ist. Wasser einfüllen in den Gärverschluss nicht vergessen.

12) Und nun geht's ans „Warten“ .... Sturmgärung (bei Zuckerzugabe) erfolgt innerhalb der ersten 2 – 24 Stunden. Ist abhängig vom Pflanzentyp. Es kann notwendig sein, den Gärverschluss noch mal abzunehmen, und dann wieder drauf zu packen

>>>> Fortsetzung kommt, wie man dann weiter macht während es so vor sich hin gärt.