

Sherry mit Hopfen

ruhig und entspannend

Zutaten für 1 Flasche:

- frische oder getrocknete Hopfenzapfen.
- Trockener Sherry.
- 100 bis 200 g Kandiszucker pro Liter Sherry.
- 1 Glasbehälter mit Deckel.

Die Flasche halb mit Hopfenzapfen füllen und mit ungesüßtem Sherry bis zum Rand bedecken.

Sherry au houblon

Calme et détend

Pour 1 flacon: des cônes de houblon frais ou séchés.

Du sherry sec. 100 à 200 g de sucre candi par litre de sherry. 1 récipient en verre avec couvercle.

- 1.** Remplissez à moitié le flacon de cônes de houblon et recouvrez de sherry non sucré à ras bord.
- 2.** Laissez reposer 2 à 3 semaines dans un endroit chaud. Secouez chaque jour pour que le houblon libère ses principes actifs. Filtrez le liquide, ajoutez le sucre et laissez macérer. Plus la liqueur vieillit, meilleur est son goût.

Utilisation : boire 1 verre à liqueur si besoin avant le coucher. Outre l'amertume typique qu'ils confèrent à la bière, les cônes de houblon favorisent un sommeil paisible. Le mélange de résines, d'huiles essentielles, de flavonoïdes, de tanins et d'acides se révèle bénéfique et décontractant en cas de difficulté d'endormissement, d'irritabilité, d'insomnie et d'état d'épuisement.

Sherry mit Hopfen

ruhig und entspannend

2 bis 3 Wochen an einem warmen Ort ruhen lassen. Jeden Tag schütteln, damit der Hopfen seine Wirkstoffe freigibt. Filtern Sie die Flüssigkeit, fügen Sie den Zucker hinzu und lassen Sie mazerieren. Je älter der Schnaps, desto besser sein Geschmack.

Anwendung: Trinken Sie 1 Likörglas, wenn nötig vor dem Schlafengehen. Neben der typischen Bitterkeit, die sie dem Bier verleihen, fördern Hopfenzapfen einen ruhigen Schlaf. Die Mischung aus Harzen, ätherischen Ölen, Flavonoiden, Tanninen und Säuren ist vorteilhaft und entspannend bei Schwierigkeiten beim Einschlafen, Reizbarkeit, Schlaflosigkeit und Erschöpfung.