

## Sammelvorschläge Juni/Juli

Ringelblume - das Wundheilkraut



Ölauszug: mit Blütenblätter / Alkoholauszug: mit Blütenköpfchen

Johanniskraut – die Lichtpflanze



Ölauszug: mit Blüten / Alkoholauszug: mit Blätter/Stängel/Blüten

## Malve – die Sanfte



Blüten getrocknet für Hustentee

## Melisse – die Beruhigende



Ölauszug: mit Blättern / Alkoholauszug: mit Blättern

## Mädesüss – die Schmerzstillende



Blüten getrocknet als Tee /Alkoholauszug: mit Blütenköpfchen

## Kapuzinerkresse - die Infektaustreibende



Blüten frisch in Salat /Alkoholauszug: mit Blüten und Blättern

## Lavendel – der Entspannende



Blüten getrocknet als Tee /Alkohol- und Ölauszug: mit Blütenköpfchen

## Roter Sonnenhut – der Abwehrsteigernde



Alkoholauszug: mit Blüten, Blättern und Stängel