



## CHAGA – Tee Zeremonie – das Auskochen / AUSZUG

Wie wende ich den Chaga Pilz an?

Für eine gezielte Gesundheitsvorsorge und Therapieempfehlung hier ein paar Tipps zum **Auskochen** eines Teeauszuges, damit sich das Maximum an Wirkstoffen entfaltet.

### Zubereitung - traditionelle Anleitung nach überlieferter Rezeptur

#### I. **Erstes Teeritual - Auskochen:**

Hierzu werden 2 Liter Wasser mit ca. 5 mittelgroßen Würfeln (ca.25g) in einen Topf mit Deckel zum Kochen gebracht.

Kocht das Wasser, das Ganze nun bei starker Hitze **OHNE DECKEL mind. 15 min kochen lassen**. Volle Power - keine Angst vor dem „Überkochen“ denn (wie der alte Trick von „Oma“ mit dem Holzkochlöffel) es setzen sich kleine Partikel am Topf Rand fest, die das Überkochen verhindern. Der Auszug sollte eine mittel - bis dunkelbraune Farbe bekommen.

II. Durch das Kochen hat sich dein wohltuender und wohlschmeckender Druiden Trunk optimal reduziert:

III. Deine **tägliche Portion von mind. 250ml** (bis ca. einem ½ LITER) ist nun sofort trinkbereit. Am besten gleich **morgens nüchtern** eine erste Tasse genießen, da der Körper besonders aufnahmebereit ist.

Für eine Intensiv - Kur danach alle 1 ½ - 2 Stunden eine weitere Tasse (kalt oder warm) trinken. Bis ca. 15h, denn der Tee hat eine vitalisierende und aktivierende Wirkung.

☞ **WICHTIGER Anwendungs-Tipp:** Die gewünschte Menge entnehmen. Der bereits ausgekochten Sud bleibt im Topf und wird **sofort wieder auf ca. 2 Liter mit frischen Wasser aufgefüllt**, so ziehen die Würfel gleich nach. Eventuell die Restwärme der warmen Herdplatte nutzen.

☞ **ACHTUNG:** die ausgekochten verwendeten Chaga Pilz Würfel nicht wegwerfen, denn sie werden beim nächsten Auskochen wiederverwendet!

☞ **360 TIPP Lagerung bereits verwendeter Chaga Pilz Würfel:**

Am besten reservierst Du Dir für Dein tägliches Chaga Tee Ritual deinen Chaga Topf, so bleiben die ausgekochten Würfel im Topf mit dem restlichen Sud. Einmal aufgekocht – nach obiger Anleitung – kann der Sud bei Zimmertemperatur oder gekühlt bis zum nächsten Tag lagern.

IV. **Für die folgenden Tee Rituale** wird der ca. 2 Liter Chaga Tee Sud **nur ca. 2 min aufgekocht**. Du entnimmst Deine tägliche Portion(en) - diese schwankt von mind. einer Tasse bis zu ½ Liter – je nach Intensität der Anwendung. Dieses Vorgehen bei der Zubereitung des Teeauszuges wiederholst Du so oft, bis sich die Farbe des Tees erhellt.

Dies ist meist nach ca. ein - zwei Wochen der Fall, dann beim nächsten Aufkochen lediglich einen weiteren Würfel dazu geben. Du wirst sehen, dass sich ein vergleichbares Ergebnis wie beim ursprünglichen Sud zeigt. Die bereits verwendeten Würfel werden dadurch „reaktiviert“, wenn alle Wirkstoffe rausgezogen sind zerfallen sie langsam.

## Zubereitung mit CHAGA GRANULAT - traditionelle nach überlieferter Rezeptur

### Ideal für die Zubereitung auf Reisen oder als Zugabe zum Kaffee

Die Zubereitung mit unserem handgemörserten Granulat (Rarität des Hauses ist einfach.

Pro Tasse (ca. 250ml) fertiger Chaga Tee kalkulieren wir etwas mehr Wasser wegen des Auskochens. Wasser zum Kochen bringen und eine gute Messerspitze GRANULAT dazugeben. Einige Minuten kochen. Je länger, desto intensiver.

- ☞ **Anwendungstipp:** Auf Reisen im Wasserkocher mehrere Male erhitzen, bis die gewünschte dunkle Farbe erreicht ist. Schmeckt manchmal etwas anders, die Wirkstoffe sind trotzdem enthalten.
- ☞ **Alternativer-Tipp:** Für alle Gourmets als Zusatz zur Kaffee Zubereitung – Siebträger, Filterkaffee,... (Wichtig: Immer erhitzen!)

### Gut zu Wissen...

- ☞ Der Tagesbedarf richtet sich immer nach gewünschter Intensität der Anwendung – von Gesundheitsvorsorge bis zur intensiven Kur. Generell kann der Chaga Pilz Tee in dieser Form nicht „überdossiert“ werden.

Gerade bei einer therapeutischen Nutzung beraten wir gerne individuell und Du erhältst ein personalisiertes Empfehlungs-Protokoll.

### FAQ

#### Mein Sud verfärbt sich nicht?

- ☞ Bei manchen Pilzen, wird der Aufguss nicht sofort dunkel oder es wird keine dunkle Färbung nach bereits wenigen Aufgüssen erreicht. In diesem Falle kochst Du den selbigen etwa 1-2 Minuten aus, so aktivieren sich die im Chaga Pilz enthaltenen Wirkstoffe und es müsste sich umgehend die gewünschte Farbe einstellen.

#### Wie oft kann ich die Würfel verwenden?

- ☞ Die vom ersten Aufguss benutzten Würfel kannst Du solange mitkochen bis sie in kleine Teilchen zerfallen und keine Farbe dem Aufguss mehr abgeben.

Zur äußeren Anwendung bei Hautirritationen, Schuppenflechte, Psoriasis, Akne & Co. - die entzündungshemmenden Wirkstoffe beruhigen und regenerieren die Haut, alternativ für die schnelle Lösung eine CHAGA TINKTUR Kids mit Sprühkopf.

- ☞ Dazu nimmst du lediglich ein ¼ der Menge an aufzugießendem Wasser für die Zubereitung des Aufgusses. Man lässt diese gut 1- 2 Stunden ziehen und beträufelt die zu behandelnde Hautpartie mit dem flüssigen Chaga Pilz Tee. Ebenso trinkst du diese reduzierte Essenz.
- ☞ Bei Schuppenbefall empfiehlt sich reichlich Flüssigkeit in die Kopfhaut einzumassieren. Ca. 20-25 Minuten wirken lassen und mit klarem Wasser ausspülen. – alternativ CHAGA HAIR HEALING WATER
- ☞ Bei „pubertären“ Pickeln und Akne: Reinigen der Gesichtshaut mit Chaga Pilz Auszug. Mit noch warmem Chaga Pilz Auszug Sud befeuchtete Wattebällchen die „Problemzonen“ abtupfen.

Nach deutscher Gesetzes-Regelung für Nahrungsergänzungsmittel, weisen wir darauf hin, dass keinerlei Ausführungen auf diesem Beiblatt Heilaussagen darstellen.



☎ Bei gezielten Fragen oder personalisierter Begleitung einer gezielten Kur, beraten wir Dich gerne direkt unter:

[service@360pure-power.com](mailto:service@360pure-power.com) oder telefonisch unter **+49.170.9691903**.

Mit den besten Grüßen voller vitaler Naturenergie

Judith Schäfer & 360° Team