



# OXYMEL

## Zutaten:

1 Gefäß mit Deckel  
Honig  
Essig  
Zimtpulver  
1 Nelke

## Zubereitung:

Ein steriles Gefäß (mit Deckel) bis zur Hälfte mit Honig füllen. Anschließend den Rest mit Essig auffüllen. Essig und Honig gut verrühren, bis eine zähflüssige Masse entsteht. 1 Priesen Zimt und die Nelke hinzugeben. Zu guter Letzt kann man den Deckel draufgeben und ordentlich schütteln. Das Oxymel darf nun für 14 Tage im Kühlschrank ruhen.

Hinweis: Täglich gut schütteln.

Das Oxymel ist nach 14 Tagen fertig und kann verdünnt, nach Geschmack, getrunken werden.