

一家にひと瓶!! ”ビワエキス”

材料・作り方

・ビワの葉：30枚 ・広口の大きなビン ・はさみ ・ホワイトリカー又はエタノール

- ① ビワの葉を洗い、水気を切る。水気が残るようであれば、1枚1枚タオルでふき取る。
- ② ①を2・3ミリの幅に切る。
(できるだけ細く切る。はじめに縦半分になり、その2枚を重ねて切ると切りやすいです。)
- ③ ②のビワの葉を広口のビンに、手でギュウギュウ押しながら入れていく。
- ④ ③のビンに、ホワイトリカー（又はエタノール）を葉っぱがヒタヒタになるまで注ぐ。
フタをして、完成。濃いエキスの色がでたらできあがりのしるしです。

※エタノールは4週間浸けこめば、**完成⇒飲用不可！！外用に使用して下さい。**
ホワイトリカーは4か月～1年浸けこめば、**完成⇒外用・飲用どちらでも使用可。**



※完成したものは、葉っぱを一年以内に取り出してください。
浸けたままでもよいのですが、‘おり’が出てきます。冷暗所にて保存ください。
使用期限はありませんので、ずっとお使いいただけます。

常緑樹であるビワの葉っぱは年中手に入るのですが、ほんとうにお手当てのお助けマンです。
さて？夏のビワの葉と冬のビワの葉、ビワエキスはいつ作るのがいいの？というご質問をよく受けます。
はい！ビワエキスは、12月～2月の寒い冬の時期（まさに、今！）に作ってください。暖かい時期になると、葉の気孔は開き出し、葉のエネルギーや栄養は実を育てるために使われはじめます。ですが、寒い時期の葉は、気孔を閉じ、葉に栄養を蓄えはじめ、栄養もエネルギーも葉に凝縮されていきます。そんな時期にビワエキスを作ると、ビワの葉の効能を丸ごといただけるというわけです。
つまり濃いエキスが作れるというわけですね。

ビワエキスは、切り傷・虫刺され・かぶれ・火傷・のどの腫れなどの皮膚・粘膜の炎症や、肩こり・捻挫・骨折・内臓の痛みなどにも使用できます。まさに、万病薬です。小さな化粧瓶に入れて、持ち歩いてください。思わぬところで、とても役に立ちます。
自分で作るととてもよく効く薬になりますし、みんなで集まって作ると、わいわい元気なエネルギーまで閉じ込めることができます。ぜひ、手作りしてみませんか？

(おまけ)

玄米焼酎が手に入る方は、ぜひ！玄米焼酎でビワの葉を浸けてみてください。
6年たてば、とてもフルーティーなブランデーのようなお酒に変身します♪