



## GELENKS-DROPS

Die Knochen und Gelenke kann man auf unterschiedliche Art und Weise unterstützen. Heute kommt es gschmackige Variante mit lauter guten Dingen.

Grünlippmuschel enthält Glykosaminoglykane wie Chondroitin. Kollagen und Vitamin C werden benötigt, um Knochen, Gelenke, Knorpel, Sehnen, das Bindegewebe und die Haut zu stabilisieren. Brennnessel regt die Durchblutung in den Gelenken an und Omega-3-Fettsäuren wirken entzündungshemmend. Ein feines Paket und lecker dazu.

Für die 🐾 GELENK-DROPS 🐾 brauchst Du nur folgende

### ZUTATEN:

- 100ml Knochensuppe (am besten gekocht aus knorpeligen Gelenksknochen)
- 5 Blatt Gelatine
- 5g Grünlippmuschel-Pulver
- 5g Kollagen-Hydrolysat Pulver
- 5g Hagebutten- oder Aroniabeerenpulver
- 5g tierisches Öl mit Vitamin E
- 15g Kokosöl, geschmolzen
- 5-10 Brennnesselblätter

### ZUBEREITUNG:

- die Gelatineblätter in kaltem Wasser einweichen
- die Brennnesselblätter mit 50ml der Knochensuppe und den Ölen pürieren
- die Gelatine in der restlichen Knochensuppe vorsichtig erhitzen, bis sie sich auflöst und dann schnell mit den pulverigen Zusätzen und pürierten Brennnesselblättern vermischen
- das Ganze wird in Silikonformen gefüllt (- die Größe passend zur Hundegröße) und für einige Stunden in den Kühlschrank gestellt bis es fest wird.

#### ▪ BON APPETIT

Man kann die Gelee-Stücke auch einfrieren und als Eis füttern oder im Kühlschrank aufbewahren und über mehrere Tage verfüttern.

So kann man ganz einfach eine kleine Kur für die Gelenke machen.

**Viel Spaß beim Ausprobieren** 🐾

