



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 🐾

