

CHAGAPULVER

När du skördat en Chaga från en björk är det viktigt att du kokar en dekokt av den genast eller torkar den i småbitar på låg värme, annars kan den lätt börja mögla då den är fuktig inuti. Den smakar väldigt lite, men påminner om skog och vanilj i smaken.

Torkad kan du pulvrисera den och t.ex låta 1 matsked Chagapulver dra i 1 liter uppkokat vatten över natten. Du dricker det som te, med det fungerar också (speciellt vid tarmproblem) utmärkt till tarmsköjning.

För att få ut de fettlösliga ämnena (betulin, betulinsyra och fytosteroler) i Chaga kan du göra en tinktur, alltså ett alkoholutdrag, av pulvret som blir över.

/ Gunvor Forsell