Kokos olie udtræk – Simpel fremstillings guide.

Jeg har i lang tid gerne ville lave en simpel guide som virker super godt. Det er den jeg selv har brugt i flere år, og som jeg nu har forfinet til flere produkter. Jeg håber i vil få ligeså megen glæde af den som jeg og mange andre.
-Cremen er rigtig god som hud, og rynke creme. Mange har gode oplevelser til at få fjernet slemme infektioner, og det kan lindre lokal stikkende smerter når det smøres på. Især psoreasis og ligende hud lidelelser kan af mange med fordel holdes nede så det ikke blusser op og klør, og med rigtig behandling og ordentlig kost har mange inkl skribenten oplevet det næsten er gået væk selvom der har været problemer i flere år og alt har været prøvet.

\*Vigtigt ikke at udsætte det for kraftig varme da de flyvske essentielle olier så tit vil forsvinde. Holdes temp. nede på omkring krop temp. beholdes mange af olie og smagsstofferne og olien vil smage fantastisk og have et højere indhold af disse stoffer, og lavt indhold af THC. Smager som sagt fantastisk og er en fantastisk hudcreme der kan bruges til sygdomme som kort vil blive gennemgået senere. Men stort set alle hudinfektioner, udslet vorter osv. Alt udvortes \*

Det der på flere måder vil være det smarteste hvis man ønsker at bibeholde så meget af planten som muligt, blot man trækker det ud.

- Det er følgende:

Brugsliste:

Vigtigst\* Kokos olie, helst økologisk koldpresset med smag.

. Grillhandske eller anden kraftig handske.

- Fryser, gerne en stor kumme, men alle frysere med bare lidt plads kan bruges.

- En skål, gerne metal, eller en plastik bøtte. De ska kunne passe i fryseren.

- en køkken si, grov. Dette er til at knuse de frosne skud igennem

- en radiator/varmt rum, eller en ovn, kogeplade, gerne med temp indstilling. Alt kan bruges. Er man helt i nød kan man faktisk bare sidde med det i skødet hen over dagen og opnå næsten samme effekt.

- En røre pind. Jeg plejer at bruge en gren, gerne fra pot. de ska være så tykke og robuste de kan røre rundt i den massefylde der kommer i glasset. Så store glas større pinde, da det bliver noget halvt drøjt noget. Se evt billede for at se det der ska bruges.

. Filter. Organsa stof, eller anden form for silke agtig net, strømpe sok, osteklud, viskestykke eller lignende. \* Stor forskel alt efter filter størrelse!\*

- Rent glas at filtrere over i.

- Tålmodighed og tid. Da det tager omkring et døgn sammenlagt. Træktiden er på 4-36 timer + det man måtte ønske, men det bliver en super creme hvis det får lov at trække en uge eller mere.

- min trækketid -10-24 timer, der ska helst røres hver 2-4 time.
 Trækker det over flere dage, kan man nøjes med at røre rundt en gang eller to om dagen.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1: Tag dit pot/hamp/cannabis og klip det ned hvis ikke det er rene skud. det behøves ikke kun at være topskud, bladene kan også fint bruges, jeg havde dog taget de helt store fra og brugt til te. (Se evt billede nr: ) man tager sit pot, fryser det, gerne helst et par timer, især alt efter kvaliteten af fryser.

\*Det at man fryser det er med til at krystallisere de ellers flyvske olier og duftstoffer, samt krystalliseres de andre krystaller også, så det hele nemmere skilles fra plante materialet\*

Så tager man en grillhandske eller anden robust handske. også enten knuser det med hånden i sin beholder, eller køre det igennem sin køkken si, eller lignende for at smadre/knuse skudende.

- Et godt råd er at have så små grene med som muligt, da de kan prikke huld på filtreret, især hvis man vrider det sidste ud, hvilket jeg anbefaler.

- mens det fryser igen, eller til at starte med så tager man sit kokos olie og stiller på en varm radiator, i et varmt rum( over 28 grader som regel) Eller putter det i en ovn på 50 grader der står åben helst.

Når det så er smeltet, så tager man sit knuste pot, som nu er sådan en masse. Man hælder det over i kokos olie. \* OBS Det ska være sådan at kokos olien ikke er helt mættet. Dvs. at det stadig ska være sådan at kokos olien er lidt flydende og er til at dreje rundt\* 1

Man røre det rundt og stiller på sin varme kilde. Her ska den som sagt stå i op til 36 timer, i hvert fald helst mere end 4 timer, med omrøring, gerne helst engang i timen. men bare det bliver rørt rundt at par gange vil resultatet også blive ganske udemærket.

Når det har trukket den ønsket tid, tager man sit filter og varmer hurtig op også, dette putter man hen over en beholder, evt et tomt glas. Her holder man det fast, eller får noget til at holde det fast! (Evt en sød hjælper, så som et elastik eller gafa tape, eller klemmer som er min yndlings, hvis man ikke kender søde mennesker der vil hjælpe.)

når det er hældt over i filtreret skal det bare stå og dryppe af. Det kan godt tage lidt tid, så tålmodighed. Man kan altid bare vride det med det samme. Men ihvertfald husk at vrid det sidste ud af det. Det er tit noget af det gode der gemmer sig der.!

Nu har du kokos olie udtræk. Det smager fantastisk, og kan bruges som erstatning for smør og honning, eller i kombi =) Elsker det personligt i te, og bruger det ivrigt som tandpasta og creme til sår og hudproblemer af alle arter.!

Man kan evt læse lidt op på hvordan man laver cremer og udtræk, og eksperimentere lidt med at putte ting som E-vitamin(alle vitaminer skal være ordentlig produceret da de i dag ofte er lavet på gen-mod mikro organismer de billige og masse produceret vitaminer.), bivoks/honning andre olier eller olie udtræk/udtræk/tinkturer i cremen. Men vær sikker på hvad i gør, og pas på jer selv!

Obs:

 Der kommer ca 50ml per 100 ml olie og pot der blandes sammen. Det vil svinge meget alt efter kvaliteten af potten og kokos olien som bruges og ikke mindst hvor meget pot man putter i. Andre olier kan også bruges. Så som Hørfrø, hampefrø, solsikkefrø osv. Bare husk det skal være øko koldpresset så man får de gode ting fra olien også. Og husk at bruger man andre olier, så vær forsigtig med at varme det op(hvilket slet ikke er nødvendigt når de er flydende).

 Kokos olie kan holde til at blive varmet lidt op uden det tager for meget skade, men mange andre olier vil tage skade.

God fornøjelse, og med ønske om et bedre helbred til alle!

Mvh.

Anton Eriksen – Laborant studerende - Århus