



**SCHWEIBENALP**  
*Alpine Permakultur*  
Bildung • Forschung • Betrieb

## Produkte aus unserer Alpenkräuterei

Herzlichen Dank für das Interesse an den Produkten der Alpenkräuterei.

Mit dem Kauf unserer Produkte fördern Sie direkt die Alpine Permakultur Schweibenalp.

Gerne bieten wir Ihnen unsere Produkte auch als ansprechende, qualitativ hervorragende und vielseitig einsetzbare **Kunden- oder Weihnachtsgeschenke** an.



Alle Produkte werden saisonal in reiner Handarbeit hergestellt und sind BIO zertifiziert.

[www.alpinepermakultur.ch](http://www.alpinepermakultur.ch) / [Alpenkraeuterei@schweibenalp.ch](mailto:Alpenkraeuterei@schweibenalp.ch) / 0041 (0)33 952 18 80

# Lebensmittel

## Tee

Für unsere Teemischungen verwenden wir ganze Blätter und Blüten, um Aroma und Wirkstoffe der Pflanzen bestmöglich zu erhalten. Als Nebeneffekt sind unsere Tees auch optisch ein Traum!

Für eine Tasse Tee nimmt man 3 Fingerspitzen Kräuter (was zwischen Daumen, Zeige- und Mittelfinger passt) und übergiesst sie mit heissem Wasser.

5 – 8 Minuten in abgedeckter Tasse ziehen lassen, absieben und geniessen.

- Griechischer Bergtee 15 g CHF 8.-  
Dieser erfrischende Tee aus den Blüten des griechischen Bergtees hat einen ausgewogen würzigen Geschmack und erstaunt durch seine dekorativ sternförmige Blüte. Aufgrund vielfältiger Heilanzeigen wird der Griechische Bergtee auch „Pflanze des langen Lebens“ genannt.
- Drei Minzen 15 g CHF 7.50  
Der Tee für Minze-Liebhaber! Die Mischung aus drei Minzesorten Apfelminze, Schweizer Minze und Englische Minze entfaltet ein intensives und zugleich rundes Aroma, das erfrischend und kühlend zugleich wirkt. Eignet sich als heisser Tee genauso gut wie als erfrischendes Kaltgetränk.
- Detox Tee 15 g CHF 7.50  
Brennnessel, Schlüsselblumen, Frauenmantel, Gundelrebe, Apfelminze, Thymian, Löwenzahnblätter und Gänseblümchen ergeben eine erdig-wohlschmeckende Kombination, die an eine Frühlingswiese erinnert. Mit diesem Tee leitet man die Frühlingsreinigung des Körpers ein. Die gewählten Kräuter entfalten zu dieser Zeit ihre höchste Wirkkraft. Stoffwechselfördernd und ausleitend.
- Neue Lebenskraft 15 g CHF 7.50  
Brennnessel, Salbei, Holunderblüte, Bergbohlenkraut, Malvenblüte, Heckenrosenblüte und Zitronenmelisse schenken neue Lebenskraft und bezaubern gleichzeitig mit wohlthuendem Duft. Die Pflanzen fördern die Abwehrkräfte, unterstützen den Stoffwechsel und tragen zur Entspannung bei.
- Teemischung Schweibenalp 15 g CHF 7.50  
Ein farbig-bunter, aromatischer Tee, mit der Kopfnote aus erfrischender Zitronenmelisse zusammen mit Schweizer Minze, Holunderblüte und Rose. Schafgarbe und Frauenmantel sind das Herz der Mischung und wirken ausgleichend und verdauungsfördernd. Ringelblume und Königskerze runden die Komposition ab.
- Bergzauber 15g CHF 7.50  
Aromatisch, vollmundig durch intensiven Zitronen- und Rosenthymiengeschmack, verbunden mit der Leichtigkeit von Holunderblüten und Himbeerblättern.
- Sonnenlicht 20g CHF 10.-  
Dieser Tee enthält die Sonne eines langen Bergsommers! Unsere Kamillen und Ringelblumenblüten wetteifern mit ihren sonnigen Gemütern und ihren intensiven Wirkstoffen um die Gunst des Teege-  
niessers, kräftig unterstützt vom Salbei und dem Wilden Dost.
- Blaue Stunde 15g CHF 7.50  
Ein runder, ausgewogener Geschmack von Erdbeerblättern und Zitronenmelisse komponiert mit Holunder-, Malven- und Ringelblumenblüten. Genau der richtige Tee zum Abschalten und Geniessen.

- Vier Jahreszeiten 15g CHF 7.50  
Ein bunter Reigen aus feinsten Blüten und Blättern. Tee Genuss für jeden Tag und alle Fälle. Geschmackvolle Blätter von Zitronenmelisse, Erdbeerstauden und Löwenzahn runden den Blütenreigen aus Kamille, Malven, Ringelblume, Wiesenstorchenschnabel und Mohnblüten zu einem vollmundigen Tee ab.
- Leichtigkeit des Seins 15g CHF 7.50  
Den Tag geniessen und die «Leichtigkeit des Seins» zelebrieren bei einer Teepause. Kamillenblüten, Zitronenmelisse, Johanniskraut und Lavendelblüten sind hier zu einem lichtvollen, blumig duftenden, stimmungsaufhellenden Kräutertee kombiniert.
- Alpenglühen 15g CHF 7.50  
Ein blumiger Kräutertee zum Feierabend von dunklen Rosenblüten und Königskerzenblüten, kombiniert mit kräftigem Ysop und verbindender Apfelminze, schenken aromatischen Genuss – genau richtig um den Sonnenuntergang zu geniessen.
- Alpenraum 15g CHF 7.50  
Die Schwebenalp schwelgt ab Sommerbeginn in einem Rosenmeer. Diese Teemischung fängt den duftenden Sommer von Lavendelduft, Rosenblüten und fein aromatischer Minze ein.

## Sirup

In den schönsten Farben glänzen unsere erfrischenden Sirups.

Mit direkt aus der Natur gesammelten Pflanzenteilen bereiten wir sie sorgsam zu und erhalten somit den köstlich kräftigen natürlichen Geschmack.

Je nach Vorlieben schmecken sie vorzüglich als Aperitif mit Sekt, Erfrischungsgetränk mit Wasser gemischt oder pur zu Desserts.

- Alpen Camparo 250 ml CHF 11.-  
Die Bitterstoffe von Wermut und Eberraute in Kombination mit der herben Schafgarbe bilden eine harmonische und bitter-süsse Kombination für die Geschmacksknospen. Geniessen Sie diesen Sirup mit trockenem Sekt, Prosecco oder Orangensaft.
- Goldmelisse Sirup 250 ml CHF 11.-  
Die Goldmelisse ist heimisch in Nordamerika und wird im deutschsprachigen Raum deshalb auch "Indianernessel" genannt. Ihr werden leicht beruhigende Eigenschaften, Milderung von Übelkeit und Stärkung der Verdauung zugesprochen. Als Sirup zaubert die Goldmelisse mit ihrem blumigen Geschmack und der roten Farbe Erinnerungen an warme Sommertage ins Glas.
- Minzesirup Alpsommer 250 ml CHF 11.-  
Die Sommererfrischung schlechthin. Die Minzsorten Englische Minze, Apfelminze und Schweizer Minze verleihen diesem Minze Sirup ein kräftiges und vielfältiges Minzaroma.
- Rhabarber Sirup 250 ml CHF 11.-  
Jeder Schluck dieses Sirups versetzt von neuem in Erstaunen. Das süsstaure Rhabarberaroma verfeinert mit einem Hauch Vanille - Der pure Genuss!

- Rosenmelisse Sirup 250 ml CHF 11.-  
Das blumig feine Aroma der Rosenmelisse zaubert aus stillem Wasser oder Sprudel ein einzigartig sanft lilafarbenes Erfrischungsgetränk. In Sekt oder Prosecco ein exklusives Cüpli. Auch pur auf Pudding oder Quark verleiht der Rosenmelisse Sirup Ihrem Dessert das spezielle Extra.
- Zitronenmelisse Sirup 250 ml CHF 11.-  
Herrlich erfrischend, zitronig – das ideale Getränk für heisse Sommertage. Aber auch für solche Tage, die ein wenig Frische und Erhellung brauchen.
- Lavendel Sirup 100 ml CHF 8.-  
Ein leckerer Sirup, unverwechselbar im Geschmack, der sich bestens für Desserts eignet. Durch die geheimnisvolle „Blaue Blume“ erhält er eine leichte Blaufärbung.
- Rosen Sirup 100 ml CHF 8.-  
Ein wunderbarer Sirup, blumig im Geschmack, für sinnliches Geniessen beim Dessert, zum Aperitif oder einfach so mal zwischendurch sich etwas Exquisites gönnen.
- Mohnblüten Sirup 100ml CHF 8.-  
Der Mohnblütensirup hat einen wunderbar süsslich-erdigen Geschmack, etwa wie ungerösteter Mohn. Er eignet sich ganz besonders gut zu Süss- und Nachspeisen wie Waffeln mit Vanilleeis oder Quarktorte.

## Salz

In unseren Salzen steckt der volle Geschmack der Natur. Die von Hand gesammelten und schonend getrockneten Kräuter werden von uns in stimmige Mischungen zusammengestellt. Sie verleihen jedem Essen eine wunderbar würzige und wohlschmeckende Note.

- Kräutersalz Alpenzauber Gewürzmühle, 80 g CHF 12.-  
Bergbohnenkraut, Dost, Zitronenbergbohnenkraut, Liebstöckel, Giersch und Gundelrebe in grobem Meersalz. Passt gut zu Fisch- und Gemüsegerichten und verfeinert Salate und Dips.
- Blütensalz Gewürzmühle, 80 g CHF 12.-  
Wunderschön um, mit den Farben einer Sommerwiese, Speisen zu garnieren. Passt ausgezeichnet zu Fisch, Quarkspeisen, Kartoffeln und Frischkäse.
- Rosenkräutersalz Gewürzmühle, 80 g CHF 12.-  
Rosenthymian, Rosenmelisse, Rosenblütenblätter in grobem Meersalz zaubern eine feine, exotische Note. Duftig und würzig im Aroma kann dieses Salz klare Suppen abschmecken oder auch pur auf Butterbrot genossen werden.
- Thymiansalz Gewürzmühle, 80 g CHF 12.-  
Kaskadenthymian, Oragenthymian, Zitronenthymian und Echter Thymian mit ihren unterschiedlichen Aromen, werden vereint in diesem Kräutersalz und verleihen Gerichten eine mediterrane Note. Neben Pizza und Pasta passt das Thymiansalz besonders zu Fisch, Kartoffel- und Gemüsegerichten, Dips und Quarkspeisen.

- Wildkräutersalz Gewürzmühle, 80 g CHF 12.-  
Die milde Würze der Wildkräuterwiese für warme Gerichte oder für die Brotzeit. Gundelrebe, Brennessel, Giersch und Dost kombiniert sind vielseitig in der Küche einsetzbar.
- Kräutersalz Schweibenalp Sommer Gewürzstreuer, 55 g CHF 9.-  
Ein besonders feines Kräutersalz, das die Vielfalt des Gartensommers mit in die kalte Jahreszeit nimmt: Zitronenbergbohnenkraut, Ysop, Bergbohnenkraut, Rosenthymian, Ringelblume, Echter Thymian, Dost, Estragon, Brennessel, Orangen und Fenchelkraut. Vielseitig in der Küche einsetzbar.
- Kräutersalz Alpenfeuer Gewürzstreuer, 80 g CHF 12.-  
Die kräftige Schärfe unserer Alpenchilis verleiht dem Salz seine Schärfe.
- Bärlauchsalz Gewürzstreuer, 55g CHF 9.- *ab April wieder lieferbar*  
Der Frühling ist da! Die volle Kraft der grünen Wälder gespeichert im würzig duftenden Bärlauch. Ein Salz für Energie und Esprit!

## Öl

Mit unseren Kräuter Ölen aus frisch verarbeiteten Pflanzenteilen erhalten viele Speisen eine aussergewöhnliche Geschmacksnote. Sowohl der Geschmack der Kräuter als auch deren Wirkstoffe werden in hochwertigem Olivenöl in Knospe Qualität konserviert.

- Bärlauch Öl 100 ml CHF 8.- / 250 ml CHF 16.- *ab April wieder lieferbar*  
Bärlauch ist sehr eisenhaltig, gut für den Stoffwechsel, reinigend, schleimlösend und darmregulierend und somit bestens geeignet für einen „Frühjahrsputz“. Der Bärlauch verleiht dem Öl ein kräftiges, würziges Aroma und passt zu Salaten, Pasta und Brot.
- Salbei Öl 100 ml CHF 8.-  
Aromatisches Olivenöl verfeinert mit der Frische des Salbeis. Passt perfekt zu Pasta Gerichten, Grillgemüse, Fisch, Salaten und ist ein purer Genuss zu Pellkartoffeln.
- Alpines Bergkräuteröl 100 ml CHF 8.- / 250 ml CHF 16.-  
Pflanzenölauszug aus Wildem Dost, Echem Thymian, Zitronenbergbohnenkraut, Salbei, Kaskadenthymian, Bergbohnenkraut, Orangentymian, Lavendel. Zum marinieren von Gemüse und Grillgut und toll für die kreative Küche. Als Pasta aglio e oglio, mit Brot und Salz, oder in Salatsaucen verzaubert das Bergkräuteröl die Sinne.
- Chili Öl 100 ml CHF 8.-  
Die kräftige Schärfe unserer Alpenchilis verleiht dem Öl seine Schärfe.

## Essig

Unsere duftenden Kräuternessige sind sowohl optisch als auch geschmacklich eine wahre Wonne. Die Pflanzen und Früchte ziehen dafür über lange Zeit in Balsamico Bianco in Knospe Qualität und verleihen ihm seinen wundervollen Kräutergeschmack.

- Fruchtiger Kräuter-Duft Essig 100 ml CHF 8.- / 250 ml CHF 16.-  
Zutaten: Balsamico bianco bio (Italien), Pflanzenextrakt aus Estragon, Rosenthymian, Johannisbeeren, Lavendel, Zitrone bio.  
Verfeinert Marinaden für Blattsalate.
- Rosenblüten Goldmelisse Essig 100 ml CHF 8.- / 250 ml CHF 16.-  
Zutaten: Balsamico bianco bio (Italien), Pflanzenextrakt aus Damaszener Rosenblüten, Goldmelisse, Vanilleschote bio (Indien).  
Gibt Salaten ein dezentes Rosen-Vanillearoma.

## Delikatessen & Superfoods

Besonders stolz sind wir auf unsere Delikatessen und Superfoods. Ganz nach dem Motto “das Beste wächst direkt vor der Haustür” sammeln wir unsere beliebten Knospen, Beeren, Pollen, Samen und Pilze und verarbeiten sie in liebevoller Handarbeit in fabelhafte Produkte.

- Nachtkerzen-Kapern 90g 100 ml CHF 11.-  
Leckere Kapern aus Knospen der Nachtkerze, eingelegt in Essig, verfeinert mit Kräutern der Schweibenalp.
- Bärlauch-Kapern 80g ml CHF 11.- *ab April wieder lieferbar*  
Im Frühling sind es die ersten Blüten, die wir sammeln dürfen. Noch geschlossene Bärlauch Knospen mit Kräutern in Essig eingelegt. Uns schmecken sie zum Fondue, im Salat oder auf Butterbrot!
- Löwenzahn-Kapern 100g ml CHF 11.-  
Auf ausgedehnten Spaziergängen über unsere Wiesen sammeln wir noch geschlossene Löwenzahnblüten, legen sie mit Ingwer in Essig ein und haben sie zu unserem Favoriten dieses Frühjahrs erklärt.
- Brennnesselsamen 30g ml CHF 12.-  
Schon vor 2000 Jahren erkannten die Menschen die aphrodisierende Wirkung der Brennnesselsamen. Frisch oder getrocknet verzehrt, haben die Samen allgemein eine anregende Wirkung und können so auch sehr gut gegen Müdigkeit, oder Stress eingenommen werden. Schmeckt hervorragend im Müsli.
- Aroniabeeren 100g ml CHF 9.- *ab August 2022 wieder lieferbar*  
Beheimatet im östlichen Nordamerika gedeiht der Aroniastrauch auch in unserer Höhenlage prächtig. Aroniabeeren sind eine ideale Ergänzung im morgendlichen Müsli oder erfrischen uns mit dem süßsauerlich, herben Geschmack auch zwischendurch als Snack genossen. Der hohe Vitamin C Gehalt und andere wertvolle Inhaltsstoffe unterstützen das Immunsystem in der kalten Jahreszeit.



## Kissen

Die von Hand genähten Lavendelkissen entspannen in der Nacht und bringen Ruhe in den Schlaf oder helfen im Kleiderschrank gegen Motten.

### Lavendelkissen

- Unter dem Kopfkissen für ein ruhiges Gemüt, zauberhafte Träume und im Kleiderschrank gegen Motten. In variierenden fröhlichen Stoffmustern.  
Gefüllt mit Bio Lavendelblüten und Bio Hirsespreu.  
Gross CHF 18.- (ca. 12 x 19 cm) / Klein ml CHF 12.- (ca. 9 x 12 cm)

### Kirschkernkissen

- Kirschkerne haben die Eigenschaft sowohl Wärme als auch Kälte optimal speichern zu können. Somit sind unsere Kissen tolle Helfer bei kleineren Alltagsbeschwerden. In variierenden fröhlichen Stoffmustern.  
Gross CHF 14.- (ca. 20 x 15 cm)

## Räucherwerk

In unseren Kräuterterrassen gedeihen wunderbare Räucherpflanzen. Ob als Räucherstängel, ein handgebundenes kleines Kunstwerk oder als Räuchermischung reinigen sie Heim und Geist, tragen zur Entspannung bei, öffnen das Herz oder laden Frieden ein.

- Räucherstängel klein CHF 18.- / mittel CHF 23.-/ gross CHF 28.-  
Wunderschönes kleines Kunstwerk aus Trockenkräutern mit Wermut, Lavendel, Salbei, Beifuss, Silberedelraute, Eberraute, verziert mit Rosenblüten und Ringelblumen.  
Zur Reinigung für Heim und Geist.
- Räuchermischung «Herzsonne» 15 g CHF 12.- und 20g CHF 15.-  
Zutaten: Alantwurzel, Engelwurz, Salbeiblätter, Wermut, Eberraute, Beifuss, Lavendelblüten, Rosenblütenblätter. Diese Mischung ist ein Seelenbalsam zum Entspannen und kann auch gut bei Trauer und Melancholie angewendet werden. Für Klarheit, durchflutet das Herz mit Sonne.

Mit Kräuterduftgrüssen von der  
Schweibenalp

Ellen & Lisa

alpenkrauterei@schweibenalp.ch  
0041 (0)33 952 18 80

