

Kalendarz zbioru ziół

Kiedy zbierać klasyczne gatunki z polskich łąk i ogrodów.

Ziolo	Zbiór	Surowiec / wskazówka
Dziurawiec zwyczajny	czerwiec–sierpień	Kwiatostany w pełnym słońcu, suche przed południem.
Lipa drobnolistna	czerwiec	Kwiatostany, gdy większość kwiatów jest otwarta.
Melisa lekarska	czerwiec–sierpień	Liście tuż przed kwitnieniem, rano po obeschnięciu rosy.
Mięta pieprzowa	czerwiec–wrzesień	Pędy liściowe przed pełnym kwitnieniem.
Pokrzywa zwyczajna	kwiecień–czerwiec	Młode wierzchołki na wiosnę; ziele przed kwitnieniem.
Nagietek lekarski	czerwiec–wrzesień	Koszyczki w pełnym rozwinięciu, w suche dni.
Rumianek pospolity	czerwiec–sierpień	Koszyczki, gdy brzeżne kwiaty zaczynają się odginać.
Szałwia lekarska	maj–lipiec	Liście przed kwitnieniem; w suchy, słoneczny dzień.

Suszenie w skrócie

- Zbieraj w suchy dzień, po obeschnięciu rosy. Nie myj, jeśli surowiec jest czysty.
- Cień, przewiew, do 35°C. Gotowe, gdy łodygi łamią się, a liście szeleszczą.
- Słoik ciemny, suchy, podpisany. To nie poradnia medyczna — tylko kalendarz zbioru.