

Zubereitungsweisen Amanita Muscaria

Ibotensäure: sorgt für Energie, Motivation, Ausdauer, Fokus, Konzentration, Freude, Bewegungsdrang
Hilft bei: Depression/Motivations- und Antriebslosigkeit, ADHS, Gedächtnisproblemen, Kreativität

Muscimol: sorgt für Entspannung, Ruhe, Schlaf
Hilft bei: Angst- und Traumalösung, Zwang, chronischen Schmerzen/Verspannungen, Schlafproblemen

Der rohe Pilz enthält hauptsächlich Ibotensäure, die giftig ist

Decarboxilierung:

Die Ibotensäure wird durch Hitze in Muscimol umgewandelt

Durch Trocknen der Pilze werden ungefähr 20-30 % decarboxiliert, weitere 20-30% durch 20 Minuten langes Kochen, ca. weitere 10-20% durch Beigabe von Zitrone (im Nachhinein dazugeben, nicht mitkochen)

Pulver besteht aus getrockneten Pilzkappen, d.h. ca. 70-80% Ibo

Also:

Durch 10 Minuten langes Kochen entsteht ein Verhältnis von ca. 60-70% Ibo und 30-40% Muscimol

Durch 20 Minuten langes Kochen entsteht ein Verhältnis von ca. 50% Ibo und 50% Muscimol

Durch 45 Minuten langes Kochen entsteht ein Verhältnis von ca. 25% Ibo und 75% Muscimol

Durch ca. 60 Minuten langes Kochen entsteht ein Muscimolgehalt von über 80%

Weil die meisten Menschen sowohl depressive als auch Angstsymptome haben empfiehlt es sich immer zuerst mit dem 50-50 Tee anzufangen

Pulver kann durch Mahlen in der Kaffeemaschine oder Zerstossen im Mörser aus trockenen Kappen hergestellt werden und in Kapseln abgefüllt werden (enthalten ca. 0,1-0,15 g)