







## Synthesize the rays powering your brain

# Tipps und Tricks im Umgang mit eigener Cannabisernte



Cannabispflanzen großzuziehen, bedarf einiger Arbeit, Aufmerksamkeit und Hinwendung. Häufig nutzen die Selbstanbauer jedoch nur die potenten Blüten und das darin gebundene THC usw. zu Genuss- und Heilzwecken.

### Medizinischer Nutzen von Cannabis

-  **Chronische Schmerzen**
-  **Abhängigkeitsentwöhnung**
-  **Depressionen und Ängste**
-  **Entzündungen / Krebs**
-  **Multiple Sklerose / Parkinson**
-  **Epilepsie / Spastik**



Doch die Pflanze kann viel mehr als heilen, entspannen und berauschen. Sie taugt hervorragend als Rohstoff für Batterien, Papier, Textilien, Seile, Baustoffe, Betriebs- und Treibstoffe, Kunststoff, CO<sub>2</sub>-Bindung, Pflegeprodukte und als Nahrungsmittel.



In diesem Handout möchten wir dir ein paar Ideen aufzeigen, mit denen du deine gesamte Ernte sinnvoll verwenden kannst und nichts wirklich wegwerfen musst. Von der Headbud bis zur Wurzelspitze kannst du deine Pflanzen nutzen.

Viel Vergnügen dabei!

- Olaf Francke, Vorsitzender CCCP e.V. -



„Liebe Konstanze, verwende doch bitte die Pflanze - als ganze!“



Bei der Ernte deiner Cannabispflanzen fallen verschiedene Produkte an, die du samt und sonders verwenden kannst:

- **Die Blüten (Buds)**
- **Wurzeln und Stängel**
- **Trimreste und Zuckerblätter**
- **Fanleaves und andere Abschnitte**

Hängst du deine Pflanzen komplett kopfüber zum trocknen auf? Btreibst du Dry- oder Wet-Trim? Da hat jeder seine Vorlieben. Fakt ist: Du musst wähen der gesamten Aufzucht nichts wegwerfen.

In diesem Handout soll es nicht um die Herstellung von Haschisch oder Öl oder speziellen Dab-Formen gehen, denn das ist eine Raketenwissenschaft für sich. Hier geht es um Verwendungsmöglichkeiten, die auch in kleinerem Maßstab z.B. mit drei Heimanbaupflanzen gut funktionieren und dich aus deiner Pflanze das Meiste rausholen lassen.

Während der gesamten Vegetationsphase werden die Pflanzen - je nach angewandter Technik - immer wieder beschnitten. Grundsätzlich solltest du sämtliche Abschnitte trocknen und aufheben bzw. auch direkt nach der Trocknung verwenden. Cannabis hat viel zu geben und es ist daran nicht nur das psychoaktive THC interessant.



## • BLÜTEN / BUDS

Klar, über die Blüten der Cannabispflanze braucht man hier nicht viel zu schreiben. Sie sind aromatisch, lecker und je nach Sorte als Genussmittel oder Medizin gut einsetzbar. Sie werden zerkleinert geraucht, vaporisiert, gegessen. Jeder so, wie er es mag. Aber was ist mit dem Rest der Pflanze? Wegwerfen? Bloß nicht!

## • WURZELN / STÄNGEL

Diese werden oft weggeworfen. Die Wurzel bleibt bei der No-Till-Methode im Boden. Sie lässt sich aber auch wie die Stängel trocknen und verwenden. Getrocknete Wurzeln und Stängel lassen sich in einen ordentlichen Blender zu Pulver zermahlen, das von einigen Fasern durchsetzt ist.

Der Inhalt des Blenders wird in ein feines Sieb gegeben und durchgestrichen, bis nur noch Fasern im Sieb verbleiben. Diese Fasern

lassen sich im nächsten Growdurchgang hervorragend zur Lockerung des Substrates oder als Oberflächenmulch einsetzen. Das ausgesiebte, feine Pulver eignet sich hervorragend als **Lebensmittelzusatz** z.B. in Joghurts, Brotteig, Suppen und Saucen. Stängel sind weitgehend geschmacksneutral und sehr ballaststoffreich.



## • FANLEAFS / ABSCHNITTE

Diese Sache ziehen wir einmal vor, da die Verfahrensweise ähnlich wie bei den Stängeln ist. Auch hier: **Trocknen-Mahlen-Sieben** und das Pulver sinnvoll einsetzen. Bei den Segelblättern und Triebabschnitten ist der Chlorophyllanteil ziemlich hoch, sie zeigen oft ein sattes Grün als Pulver. Das prädestiniert sie als Beigabe in Smoothies, Suppen, Marinaden (Grillfleisch!) und Kräutersaucen.



### Tipps:

1) Zusammen mit Huflattich, Zwiebeln, Knoblauch, Kurkuma, Ingwer und Cannabiswurzeln lassen sich Fanleafs gut in Honig einlegen und als Hustensaft nutzen!

2) Cannabisblätter, Spitzwegerich und frische Minze ergeben einen bekömmlichen Kräutertee, der, wenn er mit Manukahonig (800+) gesüßt wird, gut hilft gegen Halsschmerzen, Erkältung und Fieber.

3) Grüne Blätter eignen sich als Salatbeilage.



## • TRIMRESTE / ZUCKERBLÄTTER

Damit kann man in mehrfacher Hinsicht etwas anfangen. Beim Trimming der Buds gibt es natürlich auch verschiedene Techniken, wichtig ist, die gesamten blütennahen Abschnitte getrennt von anderen Abschnitten zu trocknen bzw. aufzubewahren. Auch hier ist das Mahlen im Blender zu empfehlen, denn Pulver lässt sich am besten verarbeiten, dieses sollte eine flockige Konsistenz aufweisen. Den Harzgehalt erkennt man daran, wie es fällt, wenn es angehäuft wird. Potentes Trimpulver bröckelt langsam, fast in Zeitlupe und klumpt sofort.



Dieses Pulver kann man auf verschiedene Weise nutzen:

- **Zum Harzauspressen**
- **Zum Buttern**
- **Zur Nahrungszubereitung**

Tatsächlich lassen sich diese drei Verwendungen mit ergiebigem Material sogar hintereinander durchführen.

### 1) **Harzauspressen**

Um an das Harz in der Trimrestemischung zu kommen, musst du aktiv werden. Je nach Sorte und Reinheitsgrad des Trim (blütennahe Blätter, Zuckerblätter, kleine Blüten) sind THC-Gehalte von > 10% durchaus möglich. Das Harz der Trichome soll nun vom Blattmaterial getrennt werden.

Dazu benötigst du zwei Kräfte; nämlich **Wärme und Druck**.

Für den Hobbygebrauch empfiehlt sich hier zum Beispiel eine kleine Heißpresse, die es für ca. 400,- Euro im Fachhandel gibt. In den Geräten sind meist zwei Heizplatten und ein hydraulischer Wagenheber verbaut. Versierte Bastler können das natürlich günstiger selber bauen.



Um das Harz auszupressen, wird das Pulver in einen kleinen, hitzebeständigen Beutel gegeben. Dieser wird in eine Lage Backtrennpapier eingehüllt und zwischen den Heizplatten platziert. Dann wird mittels des Hydraulikstempels Druck (bis zu 3t) auf die Platten ausgeübt, der das erhitzte Harz aus dem Beutel treibt. Es kann dann nach dem Lösen des Drucks vom Papier abgeschabt werden.



Beim Pressen spielen Mischung, Druck, Zeit und vor allem Temperatur eine Rolle. Hier eine grobe Einschätzung für das Pressen:

### 1. Kaltes Pressen (Cold Pressing)

- 140°F – 180°F (ca. 60°C – 82°C)
- Dauer: 1 bis 5 Minuten oder länger
- Ergebnis: Kaltes Pressen bewahrt die Terpene optimal, was zu einem reichhaltigen und aromatischen Rosin führt. Kaltes Pressen wird bevorzugt, wenn der Erhalt des vollen Aromaprofils der Terpene im Vordergrund steht.

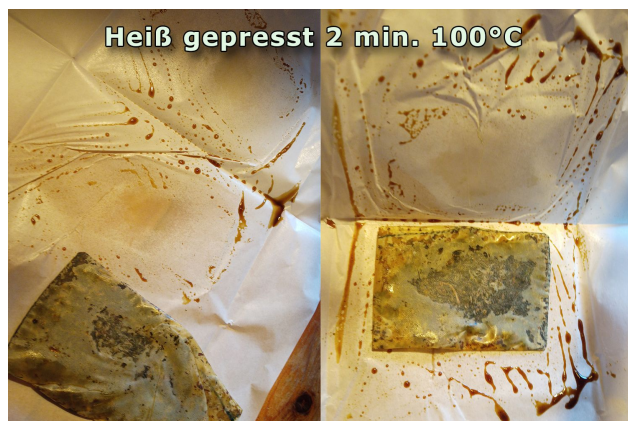


### 2. Mittleres Pressen

- 180°F – 200°F (ca. 82°C – 93°C)
- Dauer: 1 bis 3 Minuten
- Ergebnis: Dieser Temperaturbereich bietet eine Balance zwischen Terpengehalt und Ertrag. Diese Temperaturen sind ideal, um sowohl den Geschmack als auch die Ausbeute zu maximieren.

### 3. Heißes Pressen (Hot Pressing)

- 200°F – 220°F (ca. 93°C – 104°C)
- Dauer: 45 Sekunden bis 2 Minuten
- Ergebnis: Heißes Pressen führt oft zu einer öligen Konsistenz. Diese Methode erhöht die Ausbeute, kann jedoch zu einem gewissen Verlust an Terpenen führen.



### 4. Höchste Temperaturen

- 220°F – 250°F (ca. 104°C – 121°C)
- Dauer: 30 Sekunden bis 1 Minute
- Ergebnis: Diese extrem hohen Temperaturen werden selten verwendet, da sie zu erheblichen Terpenverlusten führen können.



Das Harz (Rosin) lässt sich nun zu feinen Röllchen verarbeiten, die z.B. in Joints eingedreht werden. Es eignet sich auch hervorragend für den Verdampfer und für Glasbongs mit Diffusoren.

Dieses Harz ist meist stark THC-lastig (bis zu 90%) und kann einen schweren Rausch auslösen. Vorsichtig dosieren!



## 2) Pressreste verwenden

Bei Harzpressen bleiben lustige kleine Plättchen zurück, die an Mini-Haschischplatten erinnern. Zwar wurde einiges an Harz und damit THC beim Pressen ausgeschwemmt, dennoch ist das Material nicht „tot“. Um nun den restlichen Wirkstoff zu nutzen, gibt es verschiedene Methoden:



- a) als **Nahrungszusatz** - Die Plättchen werden im Grinder zerkleinert und z.B. wie das Pulver von Abschnitten oder Stängeln der Nahrung zugesetzt. Doch vorsicht! Es befinden sich noch immer psychoaktive Bestandteile in dem Material, dass durch Druck und Hitze aufgeschossen wurde. Das Rest-THC ist für den Körper schnell verfügbar und verursacht u.U. ein intensives High.
- b) Verarbeitung zu **Butter** / Edibles - dabei werden die Reste aufgegründet und dann mit Butter langsam zu Cannabisbutter ausgekocht. Diese Butter kann dann zum Backen oder für die Herstellung von Edibles genutzt werden.



**Rezept:** Einfache Cannabisbutter aus Abschnitten, Trim, Stängeln und Resten aus dem Vaporizer oder der Harzpresse

- 500g Pflanzenmaterial, getrocknet und gemahlen
- 4kg Sauerrahmbutter, 200 ml Hanföl

Das ganze 3 Stunden bei kleiner Hitze (ca. 70-80 °C) ziehen lassen und durch ein Sieb mit eingelegtem Tuch abfiltrieren. Auskühlen lassen, portionieren, fertig.

