



## Gänseblümchen Salbe

- 1-2 Händevoll frische Gänseblümchen
- 100 ml Mandelöl
- 10-12 g Bienenwachs
- optional 5 Tropfen ätherisches Lavendel
- Alkohol zum Desinfizieren

### So wirds gemacht

Desinfiziere zunächst deinen Arbeitsplatz und deine Arbeitsgeräte. Die Gänseblümchen mit einem Messer kleinschneiden und in ein feuerfestes Glas füllen. Mit dem Öl übergießen und im Wasserbad für mindestens 1 Stunde bei etwa 60-70 Grad ziehen lassen. Danach abseihen und das Öl mit dem Bienenwachs nochmals im Wasserbad schmelzen lassen.

Vom Herd nehmen und das ätherische Öl eintropfen, gut verrühren und in einen vorher desinfizierten Tiegel füllen.

### Gut zu wissen

Gänseblümchen dürfen unsere Haut auf ganz sanfte Weise begleiten. Sie wirken beruhigend, hautpflegend und unterstützen die natürliche Regeneration bei kleinen Irritationen. Gerade empfindliche oder beanspruchte Haut kann von ihren feinen Pflanzenstoffen profitieren und wieder in Balance kommen. Kinder lieben es diese Salbe zu machen!

Du kannst auch gerne noch Ringelblumenblüten hinzufügen, diese wirken auch sehr hautschützend und pflegend. Falls du kein Mandelöl hast, verwende auch gerne Sonnenblumen-, Oliven- oder Jojobaöl. Je mehr Bienenwachs du nimmst, desto fester wird die Salbe. Ich verwende gerne zwischen 10-12 g bei 100 ml Öl!

Wenn du noch tiefer in die Welt der Kräuter eintauchen möchtest, bist du im [Dorf der Kräuterhandwerks](#) genau richtig - hier entdecken wir gemeinsam, was die Natur für uns bereithält.