

Salbe

Kleine, stumpfe Verletzungen wie Beulen, Prellungen und leichte Verstauchungen können wir mit einer selbst gemachten Ringelblumensalbe behandeln. Dafür benötigen wir 2 EL getrocknete Ringelblumenblüten, die wir in 200 ml Oliven- oder Sonnenblumenöl erhitzen. Sobald sich Bläschen bilden, nehmen wir den Topf vom Herd und lassen ihn über Nacht stehen. Am folgenden Tag erhitzen wir das Öl mit den Blüten erneut und filtern die Blüten dann ab. Zum Öl geben wir 30 bis 40g gereinigtes Bienenwachs und lassen es unter rühren schmelzen. Bevor die Masse fest wird, rühren wir $\frac{1}{2}$ TL Propolis Tinktur aus dem Reformhaus ein und füllen sie in saubere Schraubgläser. Unsere selbst gemachte Salbe hält etwa ein Jahr.