

Gänseblümchensalbe

Das Gänseblümchen ist in unseren Breiten überall zu finden. Warum es nicht für Küche und Kosmetik nutzen? Mit seinen wertvollen Inhaltsstoffen wie Saponinen, Vitaminen, Gerbstoffen, Flavenoiden sowie ätherischen Ölen findet es auch als Heilmittel Verwendung.

Die Gänseblümchensalbe kann bei kleinen Wunden, Ausschlägen und Verstauchungen verwendet werden oder einfach nur zur Hautpflege.

Zutaten:

Frische Gänseblümchen
100 ml kaltgepresstes Olivenöl
6 g Bienenwachs
10 g Lanolin

Zubereitung des Ölauszugs:



Gänseblümchen locker in ein Glas einfüllen und mit Olivenöl übergießen. So viele Gänseblümchen verwenden, dass das Pflanzenöl über den Blüten steht. Im Wasserbad erhitzen bis das Wasser beinahe kocht. Dabei immer wieder umrühren. Anschließend abkühlen und über Nacht stehen lassen.

Der Gänseblümchenölauszug kann auch kalt gewonnen werden. Dazu die Gänseblümchen mit dem Öl übergießen und zwei Wochen an einem hellen, warmen Ort durchziehen lassen. Um Schimmelbildung an der Oberfläche zu vermeiden, sollte das Öl regelmäßig geschüttelt werden.

Zubereitung der Salbe:

Die Gänseblümchen abseihen und den so gewonnenen Ölauszug mit dem Bienenwachs und dem Lanolin im Wasserbad erwärmen, bis alles geschmolzen ist. Heiß in Salbentiegel füllen und vor dem Verschließen abkühlen lassen, damit sich kein Kondenswasser am Deckel bildet. Die Salbe dunkel lagern.

Sollte kein Lanolin verfügbar sein, kann der Anteil des Bienenwachses von 6 g auf 10 g erhöht werden.



Text und Fotos: Mag. Helga Söllinger