

Kleine Geschenke zu Weihnachten

Lippenbalsam
Badebomben
Creme Balsamico



UN-KRAUT von DAHOAM

Patricia Kufer, Kräuterpädagogin BNE
Mozartstr. 71, 85276 Pfaffenhofen, Tel. 08441/7865884
www.unkraut-von-dahoam.de

Lippenbalsam

Zutaten:

- ☞ 25 g Mandelöl oder Olivenöl
- ☞ 5 g Bienenwachs
- ☞ 5g Honig vom Imker des Vertrauens
- ☞ 2 Tropfen Propolis
- ☞ Evtl. ätherisches Öl, z.B. Rose oder Zitrone

Zubereitung:

- ☞ Das Öl mit dem Bienenwachs im Wasserbad schmelzen, umrühren und nicht zu heiß werden lassen: bis ca. 60°C.
- ☞ Wenn das Bienenwachs im Öl gelöst ist, den Honig und das Propolis sowie das ätherische Öl zugeben.
- ☞ Alles gut verrühren. In kleine Gläser abfüllen, abkühlen lassen und erst dann verschließen.

Wichtig:

Immer nur mit sauberen Fingern oder mit einem kleinen Holzspatel (zum Beispiel ein ausgedientes, sauberes Eissteckerl) ins Glas fassen, sonst kann der Lippenbalsam schimmeln – es sind schließlich keine Konservierungsstoffe enthalten!



Badebomben

Zutaten:

- ⌘ 50g Natron
- ⌘ 40g Zitronensäure
- ⌘ 25 Tropfen ätherisches Öl z.B. Zitrone
- ⌘ ½ TL Farbpulver z.B. Kurkuma, rote Beete Pulver, Zimt
- ⌘ ½ TL getrocknete, fein zerkleinerte Blüten
- ⌘ 10-15 Tropfen Wasser

Zubereitung:

- ⌘ Das Natron und die Zitronensäure mit dem Farbpulver und den Blütenblättern vermischen. Darauf achten, dass keine Klümpchen mehr drin sind.
- ⌘ Ätherisches Öl und Wasser vorsichtig dazu tropfen und gut vermengen. Nicht zu viel Wasser verwenden, sonst schäumt es gleich los und die Badebomben halten nicht mehr zusammen.
- ⌘ Das Glas mit dem Backpapier oder Stoff auskleiden und die Masse einfüllen, anschließend mit dem Kochlöffel oder Holzstößel gut festdrücken. Aus dem Glas nehmen und vorsichtig als Päckchen verschnüren.
- ⌘ Nun einige Tage trocknen lassen oder gleich ausprobieren!

Mein Tipp:

Zerschneide ein altes, fleckiges T-Shirt in ca. 10x20cm große Stücke. So kannst Du ihm ein zweites Leben als Verpackung für die Badebomben schenken und wenn es aus der Badewanne kommt und gewaschen ist, kann man dem T-Shirt ein drittes Leben als Taschentuch geben.

So kann es immer wieder verwendet werden.



Crema Balsamico

Zutaten:

- ⌘ 500 ml Fruchtsaft, z.B. Apfel, Birne, Traube, Johannisbeere
- ⌘ 500 ml Essig, z.B. Apfelessig, Weißweinessig oder Kräuternessig
- ⌘ 1-2 EL Zucker oder Honig

Zubereitung:

- ⌘ Alle Zutaten in einen großen, flachen Topf füllen, kurz aufkochen und dabei ständig umrühren. Die Hitze reduzieren und den Essig leicht köchelnd reduzieren.
- ⌘ Nach ca. 1-2 Stunden, wenn die gewünschte, sirupartige Konsistenz erreicht ist, den Topf vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen.
- ⌘ Den Crema Balsamico in Flaschen füllen und beschriften.

Mein Tipp:

Der Crema Balsamico passt hervorragend zu Käse oder einem besonderen Salat.

