

Lavendelsalbe – Rezept & Anwendung

Lavendelsalbe ist ein duftender Begleiter für Haut und Seele.
Sie wirkt entzündungshemmend, beruhigend und pflegend.

Wofür kann man Lavendelsalbe verwenden?

- Bei Hautirritationen, Insektenstichen oder leichten Verbrennungen
- Zur Linderung von Spannungskopfschmerzen
- Bei Muskelverspannungen
- Zur Förderung eines ruhigen Schlafs
- Für trockene und gereizte Hautstellen

Zutaten:

- 20 g Olivenöl oder Mandelöl
- 1 EL getrocknete Lavendelblüten
- 5 g Bienenwachs
- Optional: 5 Tropfen ätherisches Lavendelöl

Schritt-für-Schritt Anleitung:

1. Lavendelblüten mit dem Öl in ein Glas geben und im Wasserbad ca. 30 Minuten erwärmen.
2. Blüten abseihen und das aromatisierte Öl zurück ins Glas geben.
3. Bienenwachs hinzufügen und erneut im Wasserbad schmelzen lassen.
4. Optional: ätherisches Lavendelöl unterrühren.
5. In saubere Glastiegel füllen und abkühlen lassen.
6. Kühl und dunkel lagern – etwa 6 Monate haltbar.