Schwedenbittersalbe Rezept und Anwendung

Schwedenbittersalbe Die heilende Kraft aus der Naturapotheke

Die Schwedenbittersalbe ist ein altes Hausmittel, das auf den Schwedenbitter zurückgeht eine alkoholische Kräutermischung mit langer Tradition. Diese Salbe wirkt äußerlich heilend und bringt die Kraft der Natur direkt auf die Haut. Ideal bei Prellungen, Entzündungen, Muskelschmerzen, Juckreiz, Wundheilung und unreiner Haut.

Anwendungsbereiche der Schwedenbittersalbe:

- Gelenk- und Muskelschmerzen
- Blutergüsse, Prellungen
- Unterstützung der Wundheilung
- Juckende oder unreine Haut
- Narbenpflege, leichte Verbrennungen
- Ekzeme, Insektenstiche

Zutaten:

- 2 EL Schwedenbitter (alkoholisch)
- 50 ml Olivenöl oder Ringelblumenöl
- 5 g Bienenwachs (oder Carnaubawachs)
- 10 g Lanolin (optional)
- 5 Tropfen ätherisches Lavendelöl (optional)

Zubehör:

- Schraubglas oder Salbendöschen
- Kleiner Topf oder Wasserbad
- Rührstab oder Löffel
- Feines Sieb oder Musselintuch

Zubereitung:

1. Öl und Wachs im Wasserbad schmelzen.

2. Lanolin hinzufügen und gut verrühren.
3. Vom Herd nehmen, auf ca. 40 Grad abkühlen lassen.
4. Schwedenbitter langsam einrühren.
5. Ätherisches Öl zugeben (optional).
6. In Döschen füllen und bei Raumtemperatur abkühlen lassen.

Anwendung:

23 Mal täglich dünn auftragen und einmassieren. Bei Gelenkbeschwerden dick auftragen und mit einem Tuch abdecken.

Tipp:

Schwedenbitter kann auch innerlich verwendet werden Heilung von innen und außen.