



Gänseblümchencreme

Gegen unreine Haut

Du brauchst:

- 30 ml Ölauszug aus Gänseblümchen (s. Anleitung Ölauszug)
- 5 g Bienenwachs
- 15 g Lanolin
- 20 ml Fencheltee (frisch gebrüht)
- 10 ml Gänseblümchentinktur (s. Anleitung Tinktur)
- 5-10 Tr. Vitamin-E-Öl, dient der Haltbarkeit (optional)
- ätherisches Öl (optional)





Zutaten Fettphase mischen

Alle Arbeitsgeräte und Arbeitsflächen sollten vor Beginn gereinigt und desinfiziert werden.

30 ml Gänseblümchenöl, 5 g Bienenwachs und 15 g Lanolin in ein hitzebeständiges Gefäß geben und im Wasserbad erwärmen. Hierbei ab und zu umrühren, bis das Bienenwachs vollständig geschmolzen ist.

Je niedriger hierbei die Temperatur, desto mehr Wirkstoffe bleiben schließlich erhalten.





Zutaten Wasserphase mischen

20 ml Fencheltee und 10 ml Gänseblümchentinktur in ein hitzebeständiges Gefäß geben und ebenfalls im Wasserbad erwärmen.

Die Mischung sollte die gleiche Temperatur haben wie die Fettphase. Hierfür stellst Du einfach beide Gefäße in dasselbe Wasserbad und bringst sie so auf die gleiche Temperatur.





Wasserphase in Fettphase geben

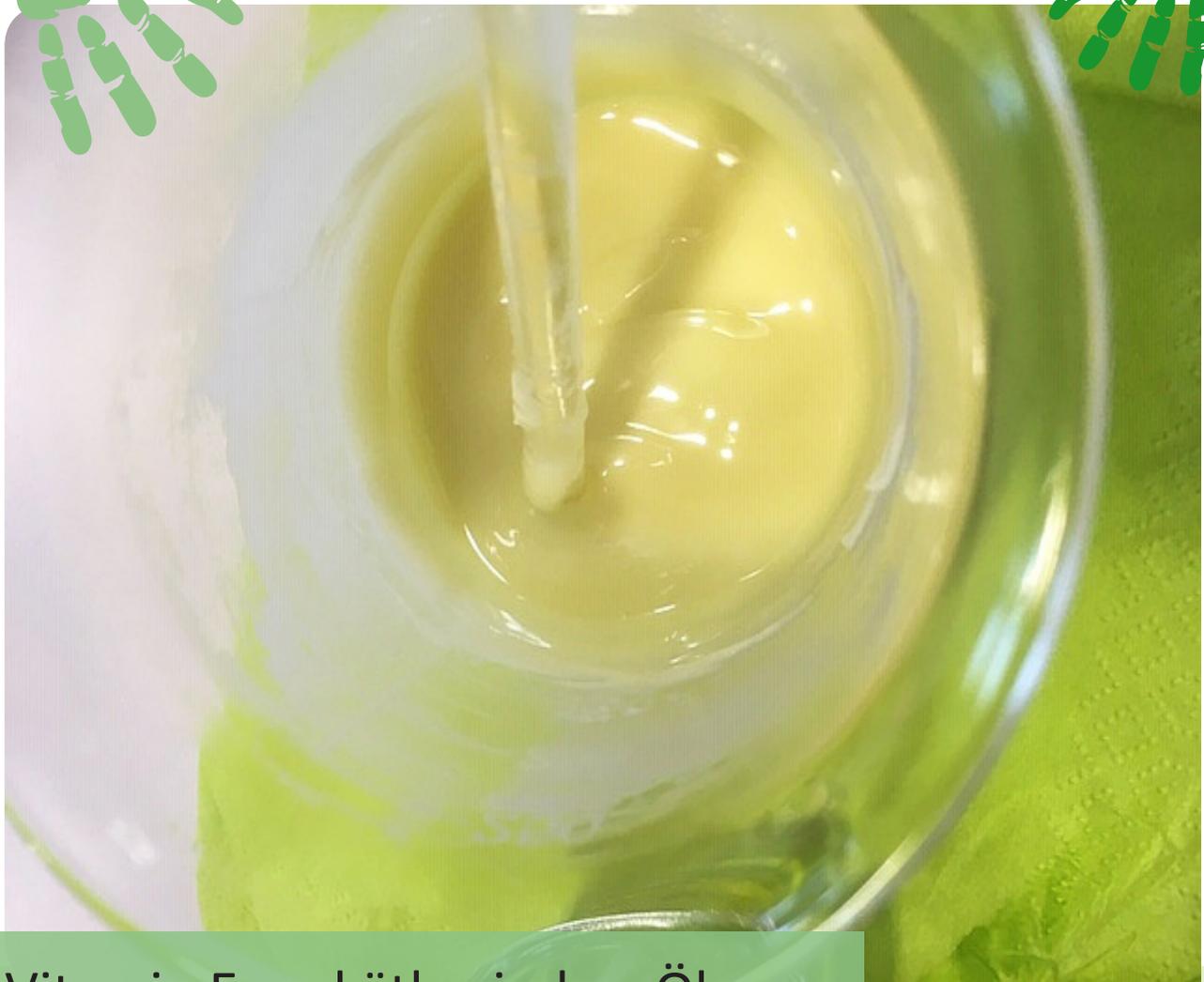
Hierfür nimmst Du beide Gefäße aus dem Wasserbad heraus und gibst unter ständigem Rühren langsam die Wasserphase (am besten mit einer Pipette) in die Fettphase. Am Ende sollte eine homogene und geschmeidige Creme entstehen.

Zum Rühren verwendest Du am besten einen Glasstab, kannst es aber auch gerne mit einem Stabmixer versuchen. Ist die Menge klein genug, dann geht sogar ein Milchaufschäumer.

Achtung:

Wenn Du Deine Creme gleich in dem zur Lagerung gedachten Gefäß anrührst, dann hast Du keinen Materialverlust beim Umfüllen.





Vitamin E und ätherisches Öl

Die Mischung nun so lange weiterrühren, bis sie nur noch handwarm ist.

Wenn die Mischung auf ca. 30 Grad abgekühlt ist, kannst Du 5 bis 10 Tropfen Vitamin E und, wenn Du möchtest ein paar Tropfen ätherisches Öl (z.B. Lavendel, Orange, etc.) hinzugeben.

Nochmals alles gut miteinander verrühren.





Abfüllen und fertig

Nun die fertige Creme in kleine Gläser oder Tiegel füllen und beschriften.

Für die bessere Haltbarkeit sollte die fertige Creme im Kühlschrank gelagert werden, dann ist sie ca. drei bis vier Wochen haltbar.

Du solltest für den Eigenbedarf also stets eher eine kleine Menge anfertigen, damit Du die Creme auch wirklich aufbrauchen kannst, bevor sie schlecht wird.

Die Creme hilft gegen unreine Haut und soll ebenfalls bei blauen Flecken Linderung verschaffen.

