



Wald Salbe

Zutaten:

- Fichtenwipfel (frische Triebe)
- Tannenwipfel
- Frische Föhrenzapfen (Kiefer)
- Frische Fichtenzapfen (nach Sturm eingesammelt)
- Zirbentriebe
- Zirbenzapfen
- Kaltgepresstes BIO Olivenöl
- Weihrauch aus dem Oman
- Bienenwachs
- Latschenkieferöl



Herstellung :

Die Zutaten in Öl bei Zimmertemperatur ansetzen und eine Weile ziehen lassen. Ich habe immer frische Zutaten hinzugefügt, sobald ich sie gesammelt hatte.

Danach die Mischung vorsichtig erwärmen (nicht zu heiß, nur bis Körpertemperatur) und abseihen. (Beim abseihen gut ausdrücken)

Die Flüssigkeit wieder in den Topf geben und erneut erwärmen. Wenn sie warm ist, das Bienenwachs darin schmelzen lassen. Bevor die Salbe fest wird, einige Tropfen Latschenkiefernöl (BIO-Qualität) unterrühren und die Mischung portionsweise abfüllen.

Anwendung:

Diese selbstgemachte Waldsalbe ist ideal zur Wundpflege geeignet, insbesondere bei Schürf- und Schnittwunden. Sie wirkt auch bei Muskelverspannungen, Sportverletzungen, rheumatischen Beschwerden, Prellungen und Schmerzen sowie als Erkältungsbalsam wahre Wunder.





Forest Balm

Ingredients:



- Spruce tops (fresh shoots)
- Fir tops
- Fresh pine cones (pine)
- Fresh spruce cones (collected after a storm)
- Swiss stone pine shoots
- Swiss stone pine cones
- Cold-pressed organic olive oil
- Frankincense from Oman
- Beeswax
- Mountain pine oil

Preparation:



Start by infusing the ingredients in oil at room temperature for a while. I always add fresh ingredients as soon as I collected them.

Next, gently warm the mixture (not too hot, just to body temperature) and strain it. (When straining, press well to extract as much liquid as possible.)

Return the liquid to the pot and warm it again. Once warm, melt the beeswax in it. Before the salve solidifies, stir in a few drops of high-quality pine oil (BIO-certified) and fill the mixture into containers in portions.

Application:

This homemade forest balm is ideal for wound care, especially for scrapes and cuts. It also works wonders for muscle tension, sports injuries, rheumatic discomfort, bruises, and pain, as well as serving as a balm for colds.

