

## HANDCREME mit Ringelblume

### Zutaten

100 g Pflanzenöl  
1 Handvoll getrocknete  
Ringelblumenblüten  
15 g Bienenwachs  
5 Tropfen Propolistinktur  
(siehe S. 103)

### besonderes Werkzeug

- 2 Töpfe
- Thermometer
- Becherglas (200 ml)
- feines Sieb
- kleine Cremetiegel

### Zeitbedarf

- 30 Minuten

### Haltbarkeit

- 6 Monate

### So geht's

1. Das Pflanzenöl in einem kleinen Topf auf 100 °C erhitzen (Temperatur messen) und die getrockneten Ringelblumenblüten hineingeben. Den Topf von der Herdplatte nehmen und die Mischung etwa 10 Minuten ziehen lassen.
2. Öl und Ringelblumen durch ein feines Sieb gießen. Das Öl zusammen mit dem Bienenwachs in ein Becherglas geben und im Wasserbad erwärmen, bis das Bienenwachs geschmolzen ist. 5 Tropfen Propolistinktur dazugeben und alles gut verrühren.
3. Vor dem Erkalten die Creme in kleine Tiegel füllen, gut verschließen und beschriften. Die Creme kann zur Wundheilung und zur Pflege von rauen Händen verwendet werden.

### DAS TUT GUT | HANDPACKUNG

Bei besonders rauen, rissigen oder schrundigen Händen wird die Creme abends großzügig auf die Haut aufgetragen. Dann dünne Baumwollhandschuhe darüberziehen und die Packung über Nacht einwirken lassen. Der Haut geht es am nächsten Tag schon viel besser.



Foto: Martina Dittus / Kosmos

© Bentzien/Salata: Selbst gemacht aus Honig, Wachs & Co.