



DIY

Muskel-Gelenk-Balsam

Rezept für 30 ml balsam:

45 ml Bio-Olivenöl

ca. 6 gr. Bienenwachs

33 Tropfen ätherisches Lavendelöl (*Lavendula angustifolia*)

33 Tropfen ätherisches Fenchelöl (*Foeniculum vulgare var. dulce*)

33 Tropfen ätherisches Majoranöl (*Thymus mastichina*)

So geht es:

Olivenöl im Wasserbad erhitzen und darin das Bienenwachs zum Schmelzen bringen. Regelmäßig mit einem kleinen Holzspatel umrühren.

Wenn sich das Wachs komplett aufgelöst hat, den Topf vom Herd nehmen und die ätherischen Öle reintröpfeln.

Wieder mit dem Holzspatel umrühren.

In kleine Behälter abfüllen und warten bis er abgekühlt ist., dann den Deckel drauf und fertig ist der Balsam

