

# Salben Grundrezept

---

Bei einer Salbe werden Öl und Konsistenzgeber miteinander verschmolzen. Wenn sie abgekühlt sind, soll sich eine streichfähige Substanz ergeben.

Die Mengenangabe ist nicht ganz einfach, weil das Ergebnis stark vom jeweiligen Öl und Wachs abhängt.

## Du brauchst:

- 30 ml Öl
- 2 gr Bienenwachs



## Gehe folgendermaßen vor:

1. Vermische Öl und Wachs in einem Glas und stelle es in ein Wasserbad (z.B. kochendes Wasser in einer Pfanne).
2. Warte, bis sich das Bienenwachs aufgelöst hat.
3. Rühre die Mischung um.
4. Gebe ein paar Tropfen auf einen kalten Teller und lasse es erkalten.
5. Prüfe, ob die Konsistenz ok ist. **Achtung!** auf dem Teller scheint es wegen der geringen Menge härter als die Gesamtsalbe.
6. Ergänze Öl oder Wachs, je nach Testergebnis.
7. Nimm die Mischung aus dem Wasserbad, sobald du mit der Konsistenz zufrieden bist.
8. Lasse die Salbe auf Handwärme abkühlen.
9. Füge ätherische Öle und Wirkstoffe nach Wahl hinzu und rühre gut um.
10. Verschließe die Salbe, sobald sie abgekühlt ist.

## Erweitertes Grundrezept

Mit anderen Konsistenzgebern kann man eine Salbe auch cremiger und besser verstreichbar machen.

## Du brauchst:

- 30 ml Öl
- 1 gr Bienenwachs
- 4 gr Lanolin oder Kakaobutter, o.ä.

Gehe genauso vor, wie bei der einfachen Salbe.