

## Gänseblümchen-Hautöl

Das Gänseblümchen-Hautöl enthält Gerb- und Bitterstoffe. Sie helfen, die Anfälligkeit der Haut für Bakterien und Pilze zu mindern und Unreinheiten und Trockenheit zu bekämpfen. Das Öl ist nur für die äußerliche Anwendung geeignet.



### Das brauchen Sie dafür:

*Zutaten für eine Flasche*

100 ml Mandelöl

5 EL getrocknete Gänseblümchen (alles in der Apotheke erhältlich)

### So geht's:

Für das Öl die Blüten der Gänseblümchen in einem Glas mit Mandelöl aufgießen, bis alle Pflanzenteile bedeckt sind. Das Glas im Wasserbad vorsichtig erhitzen. Besonders schonend werden die Wirkstoffe bei etwa 40 Grad herausgelöst. Das Öl etwa eineinhalb bis zwei Stunden ziehen lassen. Danach vom Herd nehmen und die Blüten durch einen Filter abseihen. Zuletzt das Öl in eine Braunglasflasche abfüllen.