

Herstellung einer (in diesem Fall schmerzstillenden und erwärmenden) Gheesalbe



Zur Herstellung von Ghee: siehe eigenen Beitrag.

Abbildung 1: Foto Gertrude Kozam

Zutaten für ca. 50 ml:

- 25 ml Ghee
- Heilkräuter, Wurzeln,... je nach Bedarf (ich habe hier Weidenrinde (enthält schmerzstillende Salizylsäure), Chili (erwärmend, entzündungshemmend, schmerzstillend, durchblutungsfördernd), Nelken (schmerzstillend, betäubend, entzündungshemmend)
- 5 Tropfen ätherischen Öl (hier Weihrauch)
- 25 ml Olivenöl
- 5 g Bienenwachs (für eine festere Salbe auch etwas mehr Richtwert sind 10 % der Fettmenge)
- 10-15 g Lanolin, wenn man eine etwas streichfähigere Salbe möchte

Ghee schmelzen, Olivenöl und Heilkräuter dazugeben und auf kleiner Flamme mindestens 1 Stunde köcheln, nicht zu heiß werden lassen! Eventuell über Nacht abkühlen lassen und am nächsten Tag noch einmal eine Stunde köcheln. Nun die Kräuter abfiltrieren, Bienenwachs zugeben und schmelzen. In passende, saubere Salbentiegel abfüllen und beschriften. Hält sich ungekühlt mindestens 1 Jahr bzw. so lange, wie das verwendete Olivenöl haltbar ist.