

Gänseliesel Creme

Weil das Gänseblümchen früher sehr oft auf Gänseweiden anzutreffen war und die Gänse es auch sehr gerne gefressen haben, bekam es den Namen Gänseblümchen oder auch Gänseliesel. Gerne wird es auch als „Arnika für Kinder“ bezeichnet.

Das Gänseblümchen wächst fast in jedem Garten und bestimmt findest du auch ein paar bei dir zu Hause.

Für unsere Gänseliesel Creme verwendet man die kleinen zarten Blütenköpfchen. Aber nicht zu viele davon, denn die Blüten haben eine große Kraft in sich.

In der Volksheilkunde verwendet man diese Creme um sich bei kleinen Prellungen oder Insektenstichen damit einzucremen.



Alles was du für diese Creme brauchst ist folgendes:

Ein Öl deiner Wahl, Bienenwachs (es geht auch wenn du 100% biologische Bienenwachskerzen schmelzen lässt) sowie getrocknete oder frische Gänseblümchen, Gläser für die Creme, Etiketten zum Bekleben für das Glas, Löffel zum Umrühren, Glas mit Deckel und meine Anleitung.



Zuerst musst du die Gänseblümchen in ein Glas geben und mit dem Öl übergießen. Jetzt gibt es zwei Möglichkeiten, entweder du lässt das Glas zugeschraubt für zwei Wochen an einem hellen Platz stehen und gießt es danach durch ein Sieb und verarbeitest es weiter oder aber du lässt dir von deiner Mama oder Deinem Papa helfen und stellst das Glas mit dem Öl ohne Deckel in ein Wasserbad und lässt es so für eine halbe Stunde ziehen, dabei darf es nicht zu heiß werden! Danach wird das warme Öl mit den Gänseblümchen durch ein Sieb gegossen und weiter verarbeitet.

Wie du das genau machst erfährst du jetzt auf der nächsten Seite.

Also weiter geht`s

Wenn dein „Gänseblümchenöl“ nun fertig ist und durch ein Sieb gegossen wurde, geht es jetzt weiter mit der Verarbeitung.

1. Schritt:

Vom Gänseblümchen-Öl musst du jetzt ziemlich genau 35 Gramm abwiegen, lass dir am Besten dabei ein wenig helfen.

Das Öl gibst du jetzt in das durchsichtige Glas oder in einen kleinen Kochtopf von deiner Mama.

2. Schritt:

Dazu wiegst du **4 Gramm vom Bienenwachs ab** und gibst sie ebenfalls zum Öl dazu.

3. Schritt:

Nun stellst du das Glas, wenn du dieses verwendest in ein Wasserbad und erwärmst es am Herd ganz leicht, oder du nimmst den Topf von deiner Mama, stellst ihn auch auf den Herd und erwärmst auch hier nur ganz leicht.

Lass dir bitte dabei helfen, du sollst dich ja nicht verbrennen!

Das Öl mit dem Bienenwachs soll jetzt ganz langsam schmelzen und ganz flüssig werden.

Bitte nur nicht zu heiß werden lassen,

Denn sonst wirkt später deine Gänseliesel Creme nicht mehr!

4. Schritt:

Wenn alles flüssig ist, das Ganze nur noch in kleinen Gläser gießen.

Das wiederum sollte unbedingt ein Erwachsener machen!

Lass die kleinen Gläser noch ein wenig offen stehen,

nach 15 Minuten kannst du das Glas zumachen und später deine Creme verwenden.

Etiketten draufkleben nicht vergessen, sonst weißt du später nicht welche Creme im Glas ist!

Sollte sich mal ein blauer Fleck ankündigen, schnell deine Gänseliesel Creme draufstreichen, aber bitte nicht bei offenen Wunden!

Ich wünsche dir viel Spaß beim Ausprobieren und rühren.
Solltest du Fragen haben, ich freue mich immer über eine Nachricht von dir und schicke mir doch Bilder ich würde mich freuen!
kraeuterranke@gmail.com

Alles Liebe wünscht dir Herbsi!



In eigener Sache: Die Rezepte sind nach bestem Wissen niedergeschrieben, Anleitungen beruhen auf eigene Erfahrungen und wurden getestet, für das Gelingen wird keine Haftung übernommen.

Die Anwendungen unterliegen der Eigenverantwortung. Bitte auch immer Allergien, hier gegen Korbblütler - beachten. Auswirkungen jeglicher Art durch unsachgemäße Anwendung, ist jedweder Haftungsanspruch ausgeschlossen. Bitte die Kinder nie unbeaufsichtigt rühren oder mit den Dingen spielen lassen, Creme nicht zum Verzehr bestimmt.