

RINGELBLUMENÖL

Ein Schraubglas mit frischen Blüten füllen und mit einem kalt gepressten Sonnenblumenöl (alternativ geht auch Olivenöl) übergießen.

Etwa drei Wochen an einem warmen sonnigen Platz stehen lassen und jeden Tag mindestens einmal schütteln. Dadurch verringert sich die Gefahr der Schimmelbildung. Danach abfiltern und die vollgesogenen Blüten auspressen.

Das Öl ist Grundlage von Salben und kann als Einreibemittel bei schmerzenden Muskeln dienen.

