

## **Bild für Bild – Anleitung „Erkältungsbalsam“**

**Jedes Jahr das Gleiche. Weihnachten ist vorbei, das neue Jahr beginnt und der wunderschöne Weihnachtsbaum hat ausgedient. Schade um den schönen Baum, der nun abgeschmückt fast traurig auf dem Balkon zur Abholung bereit steht.**

**War`s das schon wieder? Ein leicht schlechtes Gewissen stellt sich ein, den schönen Baum für diese kurze Zeit gefällt zu haben. Doch es gibt durchaus noch Verwendungsmöglichkeiten! Eine davon stellen wir euch heute vor: Aus den wunderbaren Nadeln eures Baumes könnt ihr einen heilsamen Erkältungsbalsam herstellen. Wie das geht zeigen wir euch in der Bild-für-Bild Anleitung.**

**Für Fragen zum Balsam oder anderen Verwendungsmöglichkeiten des Weihnachtsbaumes sind wir über das Wendeschleife-Mobiltelefon erreichbar Tel: 0178 323 887 06 oder per E-Mail: [team@wendeschleife-drewitz.de](mailto:team@wendeschleife-drewitz.de). Wir freuen uns über eure Rückmeldungen!**

**Und jetzt wünschen wir euch viel Spaß und Erfolg beim Weihnachtsbaum – Recyclen!**

**Euer Team Wendeschleife**

**Andreas, Marei, Sten und Tina**

## Erkältungsbalsam selber machen

Die ätherischen Öle, die sich in den Nadeln der Nadelbäume befinden können wir durch einen Öl-Auszug extrahieren. Sie schützen die Bäume gegen Infektionen bei Verletzungen und wirken antibakteriell. So auch als natürliches Antibiotikum bei uns Menschen. Wir zeigen euch einen Warm-Auszug in einem heißen Wasserbad. Kalt-Auszüge sind schonender für die wertvollen Inhaltsstoffe, dauern aber um einiges länger.

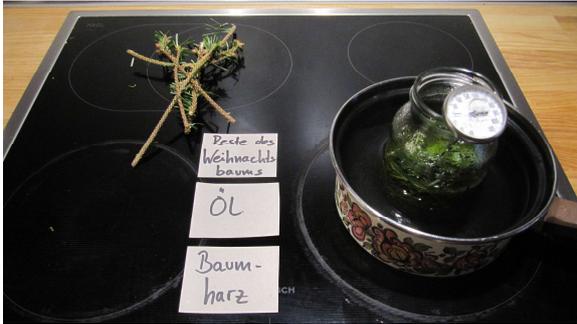
Wir verwenden wie immer regionale/ heimische Produkte. Zum Beispiel nehmen wir Rapsöl und kein Olivenöl. Ihr könnt aber auch Sonnenblumen- oder Pflanzenöl verwenden, die ihr im Regal habt. Je neutraler im Geruch desto besser, damit der tolle Nadelbaumduft gut zur Geltung kommt.

Viel ist nicht nötig. Hier die Liste an Material und Zutaten. Das Bienenwachs könnt ihr in jeder Apotheke kaufen. Wir hatten Glück und konnten von einem Imker leere Wachswaben bekommen. Erkundigt euch einfach bei einem Imker eures Vertrauens. Das Baumharz ist nicht unbedingt notwendig. Wenn ihr welches verwendet, dann erhitzt das Nadel-Harz-Öl-Gemisch vor dem Filtern noch einmal kurz, damit sich das Harz noch einmal gut löst.

Werkzeug	Zutaten
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ein alter Topf</li> <li>2. saubere Gläser (2x groß und 2x klein)</li> <li>3. Mullwindel</li> <li>4. eventuell Thermometer</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zweige des Nadelbaumes</li> <li>- Pflanzenöl</li> <li>- eventuell Baumharz</li> <li>- Bienenwachs (aus der Apotheke oder von eurem Imker des Vertrauens)</li> </ul>

## Schritt für Schritt/ Bild für Bild - Anleitung





**Nach dem kurzen Erhitzen auf ca. 50 °C wird der Herd ausgeschaltet und das Nadel-Öl-Harz-Gemisch 24 h stehen gelassen...**



**Zum Auflösen des Bienenwachses wird das Öl wiederum auf ca. 50 °C erhitzt und das Wachs unter leichtem Rühren aufgelöst.**





**Nach dem Abkühlen wird (ca. 1h) der Balsam mindestens zähflüssig.**

**Bienenwachs kann auch nachträglich zugefügt werden, sollte es zu flüssig sein.**



**Wir wünschen euch viel Spaß und Erfolg beim Nachmachen und einen guten Start ins neue Jahr!**

**Euer Team Wendeschleife**