



Lebenselixier für ältere Menschen:

Zutaten:

2 Handvoll Rotkleeblüten

2 Handvoll kleingeschnittene Blätter und Blüten der Zitronenmelisse

1 Teelöffel Tausendgüldenkraut (kann weggelassen werden, da Pflanze geschützt) ausser wenn in der Apotheke erhältlich

1 Teelöffel Wermutblätter

1 Teelöffel Rosmarinblätter

Diese Mischung wird mit 1l Kornbrand oder Obstschnaps übergossen und 24 Tage in der Wärme stehen gelassen.

1 Esslöffel dieses Elixiers wird mit einer Tasse heissem Wasser verrührt und mit Kandiszucker oder Honig gesüsst.

Rotkleeblüten-Creme

Zutaten:

- Öl: Jojobaöl, Weizenkeimöl oder Olivenöl
- Bienenwachs aus der Apotheke
- Honig
- Rotklee tee

Als erstes macht man einen Ölauszug:

Man füllt ein grosses Glas zu 2/3 mit frischen Rotkleeblüten, übergiesst das Ganze mit Weizenkeim-, Oliven- oder Jojobaöl und lässt das gefüllte Glas an der Sonne 3 Wochen ziehen. Dann abseien und auf die Seite stellen.

Ist der Ölauszug fertig, stellt man einen starken Teeaufguss aus frischen oder getrockneten Blüten her.

In einen Topf stellt man ein breithalsiges Glas- oder Porzellangefäss und gibt 2 Teelöffel Bienenwachs aus der Apotheke und ½ Teelöffel Bienenhonig hinein. Im Wasserbad erwärmen, bis alles geschmolzen ist. Jetzt etwa 8 Esslöffel des Kleeöls beifügen. Gründlich rühren bis sich die Flüssigkeiten vermischt haben. Nun auch 8 Esslöffel des Kleeblütentees zugeben. Für das Gelingen ist es wichtig, dass Fett und Wasser annähernd die gleiche Temperatur haben. Vermischen und aus dem heissen Wasserbad nehmen. In der Abkühlphase laufend durchrühren, damit eine lockere Masse entsteht.

Aufbewahren: In kleine Töpfchen abfüllen und kühl (Kühlschrank) lagern, nur kleine Mengen herstellen.

Nach einigen Wochen Anwendungen, sind die Falten weniger tief und die Haut ganz zart.

