



Doris Kern

Einfach natürlich

Selbstgemachtes zum ♥ Riechen ♥ Schmecken ♥ Dekorieren

VERLAG ANTON PUSTET

Einleitung	9
Inhaltsstoffe, Rohstoffe und Basisrezepte	11
Sammelkalender	16
Tinkturen	18
Ölauszüge oder Ölmazerate	20
Kosmetische Inhaltsstoffe	23
Salben und Cremen herstellen	28
Salbenzubereitung	30
Cremenzubereitung	32

Der Frühling

Gänseblümchen	
Gänseblümchengelee	36
Gänseblümchenöl	37
Aua-Stick	37
Bärlauch	
Bärlauchöl	38
Bärlauchblütenöl	38
Bärlauchbutter	38
Bärlauchsalz	41
Bärlauchtinktur	41
Veilchen	
Veilchenessig	43
Veilchenöl	44
Veilchensalbe	44
Roll-on	45
Ostern	
Ostereier natürlich färben	46
Osternester binden	49
Mooseier	50
Serviettenringe	51
Löwenzahn	
Löwenzahn-Kurkuma-Honig	52
Löwenzahnsirup	53
Löwenzahn-Gin	53
Löwen-Cocktail	54
Löwenzahnöl	54
Zweierlei Löwenzahnherzen	57
Gundermann	
Gundermannöl	58
Gundermann-Wollwachs-Creme	59

Gärtnerglück	
Pflanzenschilder	60
Gärtnergarn-Spender	60
Herzige Kräuterschilder	61
Toilettenpapierrollen als Anzuchthilfe	62
Seedbombs	62
Himmlisches Blütendessert	63
Birke	
Birkenöl	64
Jahressalz	65
Brennnessel	
Brennnesselsirup	66
Brennnesseldrink	67
Frühlingslimonade	67
Brennnessel-Glycerin-Tinktur	68
Shampoo mit Brennnessel und Birke	69
Spitzwegerich	
Spitzwegerichöl	70
Linderndes Roll-On	70
Salbe für Verbrennungen	72
Hustenhonig	72
Basen-Badesalz	73
Knospen	74
Gemmomazerate selbst herstellen	75
Sauerhonig mit Maiwipferln	76
Kleine Kränzchen aus Fundstücken	76
Vogelmiere	
Vogelmierenöl	78
Vogelmierensalbe	78
Waldmeister	
Waldmeisterbowle	79
Waldmeister & Lavendel gegen Motten	80
Frühlingsblütenpeeling	80
Magnolienpeeling	81
Schlehenblüten	
Schlehenblütenöl	82
Schlehenblütentinktur	82
Augenpflege	83
Wunderbare Duftwelt	84
Zarte Parfumkompositionen	85
Festes Parfum	86
Kuschelöl	86





Der Sommer

Lindenblüten

Lindenblütensirup	90
Lindenblütenöl	91
Lindenblütenglycerin	91
Lindenblütendusgel	92
Raumduft Morgensommerkuss	93
Blütenessig mit Linde und Rose	93

Walderdbeeren

Balsamico mit Walderdbeeren	94
Erdbeerküsse	95

Holunderblüten

Holunderblütensirup	96
Holunderblütentinktur	97
Erdbeer-Holunderblüten-Curd	97

Schwarze Johannisbeeren

Mamas Cassis-Magenlilör	98
-------------------------------	----

Blütenträume

Wildrosenblütenöl	99
Blütenbutter	100
Blütenbadesalz	100
Blütengewürz	101
Blüten-Fleur-de-Sel	101

Himbeeren

Himbeerlikör	102
Himbeersenf	102

Gurken-Zitronen-Peeling	103
-------------------------------	-----

Lavendel

Lavendelöl	104
Gute-Nacht-Balsam	104
Lavendel-Körperbutter	105
Händewasch-Schaum	105
Lavendelstäbe	106

Johanniskraut

Johanniskrautöl	109
Entkrampfendes Bauchöl	109
Zwei-Phasen-Lotion	110

Walnüsse

Schwarze Nüsse	111
----------------------	-----

Heu

Heuherzen	112
Heuvasen	113

Karotten

Karottenöl	114
After-Sun-Balsam	114
Steckkranz aus Karottenblüten	115

Ringelblumen

Ringelblumenöl	116
Ringelblumensalbe	117
Narbenbalsam	117
Wunder-Po-Balsam	118
Lippenbalsam	118
Ringelblumen-Badesalz	119

Getreide

Getreidekranz	120
Getreideteelicht	121
Kornblumenzucker	121

Räuchersticks	123
---------------------	-----

Salbei

Deo-Creme	124
Kräuter-Sole-Mundwasser	125
Salbeitinktur	126
Zahngel	126

Pink Sirup mit Indischem Springkraut	127
--	-----

Schafgarben-Rotklee-Salbe	128
---------------------------------	-----

Quendel

Quendelhonig	129
Quendel-Hustensirup	129

Tee	130
-----------	-----

Verschiedene Teemischungen	131
----------------------------------	-----

Kräuterweihe am 15. August	132
----------------------------------	-----



Der Herbst



Bunte Blätterwelt

Blätterrosen	136
Blätter-Teelichter	138
Feigen-Aperitif	139

Hagebutten

Hagebuttenfruchtöl	141
Lippenbutter	142
Hagebuttentinktur	142
Zwei-Phasen-Gesichtslotion	143
Kernleste	143
Herbstliches Chutney	144
Beeriges Herz	145
Heidekrautkränzchen	147

Kürbis

Herbstliches Kürbisgesteck	148
Kürbisbodybutter	150
Steinpilzöl	151
Eierschwammerlsalz	151
Immun-Kräuteressig	152
Blüten aus Bucheckern	152
Weißdornwein	153

Vogelbeeren

Vogelbeerlikör	154
Pikantes Vogelbeermus	155

Holunderbeeren

Holundersaft	156
Balsamico mit Holunderbeeren	157
Holunderbeeren-Karamellen	157
Holunder- und Hagebuttenfruchtleder	159
Malen mit Holunderbeerensaft	159

Sole

Basisrezept	160
Kren-Kapuzinerkresse-Sole	161

Herbstzeit ist auch Wurzelzeit

Beinwellsalbe	163
Blutwurz-Tinktur	164
Löwenzahn-Tonikum	164
Echinacea-Tropfen	165
Fruchtiger Apfel-Orange-Kren-Senf	166

Kastanien

Kastanienwaschpulver	167
Kastanienöl	168
Kastanientinktur	168
Venenlotion	169

Wertvolle Baumharze

Pechsalbe	170
-----------------	-----

Quitten

Quittenöl	172
Quittenpeeling	173
Quitten-Bodylotion	173
Herbsträucherung mit Quittenschalen	174





Der Winter

Schlehen

Winterkraftsaft	178
Schlehenmarmelade	179
Saftiges Apfelbrot	180
Weihnachtsschokolade	180
Adventskranz	183
Sprudelbadekugeln	184
Zimtornamente	186
Salzteiganhänger	187

Stechpalme (Ilex)

Eleganter Ilex-Kranz	188
Schnelle Ilex-Dekoration	189
Duftender Gewürzkranz	190
Natürliche Geschenkverpackung	191

Cranberrys

Cranberry-Fruchtöl	192
Cranberry-Gesichtsmaske	193
Lippenpflege mit Cranberrys	193
Bodybutter mit Cranberry-Öl	194
Cranberry-Bodypeeling	194
Cranberry-Aperitif	195

Brennnesselsamen

Besondere Pralinen	196
Brennnesselsamenhonig	197
Holunder-Rosenblüten-Punsch	197

Schönes für den winterlichen Garten

Eismandalas	198
Eiswindlichter	199
Vogelfutterpralinen	199

Erkältung, Husten & Co

Erkältungsbalsam	200
Kräuter-Hustenzucker	201
Kälteschutzsalbe	201
Pfotenpflege	202
Eleganter Winterkranz	203
Rustikaler Winterzauber	205
Gewürztee „Wintertraum“	206
Beifuß-Fußbad	206
Chili-Salbe	207

Kräuterkissen

Grundanleitung	208
Guter Schlaf	209
Entspannung pur	209
Lernkissen	210
Babykissen	211
Erkältungskissen	211

Raunachts-Räuchermischung	212
---------------------------------	-----

Granatapfel

Granatapfel-Glycerin-Tinktur	214
Handlotion	215
Granatapfel-Essig	215
Aftershave-Fluid	216
Bartöl	217
Gesichtsserum mit Wildrose	217

Dank	218
Haftungsausschluss, Infos, Bezugsquellen	219
Bildnachweis, Impressum	219
Glossar	220
Index	222



Einleitung

Liebe Leserin, lieber Leser,

mach mit mir eine Reise durch die Natur und ihre verschiedenen Jahreszeiten! Ich bin selbst immer wieder überrascht, welch wundervolle Dinge sie für uns bereithält, wenn man nur mit offenen Augen durch die Welt geht. Das Schöne ist, man entdeckt immer wieder etwas Neues! Oft sind es nur die ganz kleinen Dinge, die uns zum Staunen bringen oder uns ein Lächeln aufs Gesicht zaubern. Aber genau diese bereichern unser Leben!

In einer Welt voller Hektik und Überfluss zieht es uns immer mehr zu den einfachen Dingen, wir hinterfragen wieder, wie Produkte hergestellt werden, welche Inhaltsstoffe verwendet werden und ob sie fair produziert wurden. Aber auch die Freude am Selbermachen wird wiederentdeckt: Es ist äußerst befriedigend, wenn man aus selbst gesammelten Materialien, Kräutern oder anderen Pflanzen etwas mit den eigenen Händen schaffen kann. Eine Tätigkeit, die entschleunigt und auch zur Ruhe kommen lässt.

Es erwartet dich ein Streifzug durch die vier Jahreszeiten, von denen jede ihren eigenen Charme und Zauber aufweist. Es ist ein so schönes Gefühl, sich wieder voll und ganz auf das einzulassen, was die Natur bietet und was unserem Körper guttut!

Die Basis für die Rezepte sind hauptsächlich Kräuter, Pflanzen oder Naturmaterialien, die man zu Hause anpflanzen oder im Wald und auf Wiesen finden kann.

Zusätzlich verfeinern ausgewählte Gewürze, feine Öle, Butter und andere Naturkosmetikrohstoffe die Rezepturen. Im Winter lassen wir uns zusätzlich von Orangen oder Granatäpfeln verwöhnen. So entstehen mit Liebe gemachte Hausmittel, Pflegeprodukte, Köstlichkeiten und Dekorationen für die ganze Familie, die die Gefühle und Bedürfnisse der jeweiligen Jahreszeit aufgreifen.

Du wirst staunen, welche Kräfte in den Kräutern stecken und wie pflegend selbst die kleinsten und unscheinbarsten Pflanzen sind. Aber auch der Genuss darf nicht zu kurz kommen, denn wir wollen uns des Lebens erfreuen, sodass Körper und Seele im Einklang sind. Und unser Essen ist der wichtigste Grundstein für unsere Gesundheit!

Dabei ist es wichtig, sorgsam mit der Natur umzugehen, nur das zu sammeln, was man auch wirklich braucht und auch verarbeiten kann. In der Natur wird nichts verschwendet und alles findet seine Bestimmung. Daher sollten auch wir darauf achten, sorgsam mit ihren Schätzen umzugehen, um in ihrem Rhythmus leben zu können.

Ich wünsche dir viel Freude beim Selbermachen und bewussten Schmecken, Riechen, Fühlen und Dekorieren! Entdecke die Natur mit allen Sinnen!

Doris Kern

Die einzelnen Produkte zum Selbermachen sind je nach Anwendungsgebiet mit diesen Symbolen gekennzeichnet:



Kosmetik



Hausmittel



Genuss/Kulinarik



Basteln



Inhaltsstoffe, Rohstoffe und Basisrezepte

Das folgende Kapitel gibt einen kurzen Überblick über die wichtigsten pflanzlichen Inhaltsstoffe, Basisrezepturen und Rohstoffe, um die gesammelten Rezepte und Anleitungen in diesem Buch besser verstehen und den eigenen Wünschen und Bedürfnissen anpassen zu können. Für einen Einstieg in die wunderbare Welt der Kräuter, Hausmittel und Naturkosmetik liefert es eine gute Basis.

Die Welt der Tinkturen & Mazerate

Pflanzliche Auszüge sind eine großartige Möglichkeit, um die Inhaltsstoffe der Kräuter, Wurzeln und Blüten für Kosmetik, Haus- und Heilmittel verfügbar und haltbar zu machen. In diesem Buch findest du viele verschiedene Rezepte, um Tinkturen und Mazerate selbst herzustellen. Bei beiden Varianten gehen nach einer gewissen Zeit die Stoffe in das gewählte Auszugsmittel über. Man verwendet hauptsächlich Alkohol, Glycerin, Öl oder Essig, die teilweise auch eine lange Haltbarkeit haben. Auch in Wasser können Pflanzenteile ausgezogen werden, allerdings muss das Produkt sofort verwendet werden.

Bevor man allerdings das jeweilige Auszugsmedium wählt, ist es ratsam zu prüfen, welche Inhaltsstoffe in einer Pflanze sind und welche extrahiert werden sollen. Denn das kann durchaus die Entscheidung beeinflussen, ob man etwas in Alkohol oder Öl auszieht. Pflanzen enthalten immer eine Reihe an verschiedenen Stoffen in verschiedener Menge, also ist nie isoliert nur ein Stoff in einer Pflanze zu finden.

Pflanzeninhaltsstoffe

Das folgende Kapitel gibt einen kurzen Überblick über einige Pflanzeninhaltsstoffe sowie Beispiele, in welchen Pflanzen sie gefunden werden können.

Gerbstoffe

Gerbstoffe wirken stark adstringierend, also zusammenziehend. Du kennst das vielleicht vom Gefühl beim Trinken eines Salbeitees, wenn sich im Mund spürbar die Schleimhäute zusammenziehen. Diese Stoffe haben eine stark austrocknende, entzündungshemmende Wirkung, fördern die Wundheilung und lindern Juckreiz. Sie

schaffen eine Umgebung, in der Keime nicht so einfach eindringen und sich vermehren können.

Innerlich wirken sie sehr gut bei Durchfall, äußerlich werden sie zur Wundheilung, bei nässenden Hauterkrankungen und bei Juckreiz und Allergien verwendet. Bei übermäßigem Schwitzen schaffen sie ebenfalls Erleichterung.

Gerbstoffhaltige Pflanzen sollte man nicht länger als eine Woche einnehmen, da sie sonst zu austrocknend wirken.

Beispiele: Eichenrinde, Schwarzpappel, Melisse, Salbei, Blutwurz, Frauenmantel, Gänsefingerkraut, Brombeere, Himbeere, Gundermann.



Bitterstoffe

Wie der Name schon sagt, schmecken Bitterstoffe so wie sie heißen und sind nicht bei jedem beliebt. Dabei wirken sie sehr kräftigend

Löwenzahn

Der Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) ist ein wahrer Kämpfer, selbst in Betonritzen schafft er es zu überleben. Nicht umsonst hat er in so vielen Sprachen den gleichen Namen – Zahn des Löwen. So zäh und widerstandsfähig, und doch so lieblich mit seiner gelben Blüte. Seine Kraft können wir für unsere Gesundheit nutzen. Er kann von der Blüte bis zur Wurzel verwendet werden. Statt dass wir versuchen, ihn als „Unkraut“ zu bekämpfen, sollten wir ihn lieber in unser tägliches Leben integrieren. Im Frühling kräftigen und reinigen uns die zarten Blätter, die in Salaten, Saucen oder Smoothies verarbeitet werden können. Besonders seine Bitterstoffe helfen und unterstützen unsere Leber und unseren Darm.

Löwenzahn-Kurkuma-Honig

Eine Spezialität ist der Löwenzahnhonig, der eigentlich kein Honig ist, sondern eher ein fester Sirup. Verfeinert wird er in meinem Rezept mit Kurkuma. Das gelbe Gewürz sorgt nicht nur für eine tolle, intensive Farbe, sondern fördert mit dem darin enthaltenen Stoff Curcumin eine gute Verdauung. Manche sagen ihm auch eine antioxidative und entzündungshemmende Wirkung nach.



Man benötigt:

- * 100 g abgezapfte Löwenzahnblüten
- * 1 Zitrone
- * 400 ml Wasser
- * 200 ml Apfelsaft
- * 1 EL Kurkuma-Pulver
- * 1 Msp. schwarzen Pfeffer
- * 500 g Zucker

So wird's gemacht:

Die Löwenzahnblüten gemeinsam mit dem Abrieb der Zitronenschale sowie dem Zitronensaft, dem Wasser und dem Apfelsaft vermischen und zugedeckt über Nacht stehen lassen.

Am nächsten Tag den Löwenzahn-Sud abseihen und mit dem Zucker unter ständigem Rühren aufkochen lassen.

Danach die Temperatur zurückdrehen und bei kleiner Flamme leicht köcheln lassen.

Das Kurkuma-Pulver und den Pfeffer einrühren und die Flüssigkeit langsam einkochen lassen. Es dauert etwa zwei Stunden, bis sie zähflüssig wird.

Die heiße Masse in Gläser abfüllen und verschließen.

Haltbarkeit: etwa 1 Jahr.





Shampoo mit Brennnesseln und Birke

Die festen Shampoo-Bars sind sehr pflegend und noch dazu umweltschonend, da sie komplett ohne Verpackung auskommen. Die darin verwendeten Tenside SCI und SCS sind sehr mild und werden in der Naturkosmetik verwendet. Birke und Brennnessel sorgen für eine gut durchblutete und gestärkte Kopfhaut und das Haar wird fein und geschmeidig.

So wird's gemacht:

SCI und SCS vorsichtig abwägen und in eine Schüssel geben. Dabei bitte aufpassen, denn der feine Staub des Pulvers wirkt in der konzentrierten Form reizend auf die Schleimhäute. Daher die Mengen vorsichtig abwägen.

Brennnessel- oder Birkenpulver ebenfalls dazu mischen.

Nach und nach das Birkenöl und das Brennnesselglycerin untermischen.

Zum Schluss noch die ätherischen Öle hinzufügen.

Es entsteht ein sandiger Teig, der sich gut formen lässt. Die Masse zu kleinen Kugeln rollen oder in eine Form füllen.

1 bis 2 Tage gut durchtrocknen lassen.

Das Shampoo ist sehr ergiebig. Ins nasse Haar einmassieren, es beginnt sanft zu schäumen und hat eine gute reinigende und pflegende Wirkung.

Haltbarkeit: etwa ein Jahr.



Man benötigt:

- * 60 g SCI (Sodium Cocoyl Isethionate)
- * 50 g SCS (Sodium Coco Sulfat)
- * 10 g Birkenöl
- * 10 g Brennnesselglycerin
- * 1 g Brennnessel- oder Birkenpulver
- * Ätherische Öle:
 - 4 Tropfen Rosmarinöl
(*Rosmarinus officinalis*, Ct. Cineol)
 - 4 Tropfen Zitronenöl
(*Citrus limon*)
 - 4 Tropfen Lavendelöl
(*Lavandula angustifolia*)





Der Sommer

Der Sommer, Monate voll Sonnenschein, Badevergnügen, Ferien und unbeschwerter Zeit. Aber es ist auch eine Jahreszeit, in der viel zu tun ist. Kräuter wollen gesammelt, getrocknet und verarbeitet werden. Gemüse, Beeren und anderes Obst wird eingekocht und so für die nächsten Monate haltbar gemacht.

Eine schöne Jahreszeit, die mit dem süßen Duft der Lindenblüten beginnt, uns das Leben mit frischen Erdbeeren versüßt und eine Farbenpracht an Blüten mit sich bringt. Die sonnengeküsste Haut wird mit den Schätzen der Natur gepflegt. Das Aroma der Kräuter und des Heus liegen in der Luft, und am Abend genießt man noch die Zeit bei lauen Sommernächten. Ja, so lässt sich das Leben genießen!

Sommer

Gustav Falke (1853–1916)

Ihr singt von schönen Frühlingstagen,
Von Blütenduft und Sonnenschein,
Ich will nichts nach dem Frühling fragen,
Nein Sommer, Sommer muss es sein.

Wo alles drängt und sich bereitet
Auf einen goldnen Erntetag,
Wo jede Frucht sich schwellt und weitet
Und schenkt, was Süßes in ihr lag.

Auch ich bin eine herbe, harte,
Bin eine Frucht, die langsam reift.
O Glut des Sommers, komm! Ich warte,
Dass mich dein heißer Atem streift.



Schwarze Johannisbeeren



Man benötigt:

- * 100 g schwarze Johannisbeeren
- * 30 g Zucker
- * 3 Nelken
- * 200 ml Schnaps 40 Vol.-%

Schwarze Johannisbeeren sind in fast jedem alten Bauerngarten zu finden. Es sind Früchte, die in unserem Klima sehr gut gedeihen und uns auch besonders guttun! Sie schmecken leicht säuerlich und ich kann mich noch gut erinnern, dass wir als Kinder die Früchte in den Ferien immer pflücken mussten. Daraus wurden Säfte, Marmeladen und auch Mamas berühmter Magenlikör hergestellt.

Mamas Cassis-Magenlikör

Johannisbeeren sind kleine Kraftpakete, die viel Vitamin C, Flavonoide, Gerbstoffe, Eisen, Kalzium und andere wichtige Inhaltsstoffe enthalten. Die Gerbstoffe wirken entzündungshemmend und bei einer Magen- oder Darmentzündung hilft ein kleines Gläschen Likör wahre Wunder!

So wird's gemacht:

Die frischen Johannisbeeren mit dem Zucker und den Nelken in ein Glas geben. Mit dem Schnaps übergießen, das Glas verschließen und etwa zwei Monate lange ausziehen lassen.

Der Likör bekommt mit der Zeit eine wunderschöne dunkle Farbe. Danach abseihen und in Flaschen füllen.

Bei Magen- oder Darmverstimnungen ein kleines Likörglas langsam trinken.

Haltbarkeit: mehrere Jahre.



Blüenträume

Im Sommer werden wir mit wahren Blüenträumen reichlich beschenkt und es gibt sehr viele essbare Blüten, die unsere Küche noch bunter machen. Blüten von Gartenkräutern, aber auch von Zierpflanzen schmecken vielfältig, manche haben auch ein recht kräftiges Aroma wie zum Beispiel die Kapuzinerkresse. Zu den essbaren Blüten zählen Lavendel, Rose, Phlox, Kornblume, Ringelblume, Sonnenblume, Rotklee, Holunder, Kapuzinerkresse, Gänseblümchen, Rosmarin, Thymian, Salbei, Ysop, Schafgarbe, Borretsch, Geranien, Malven, Mohn, Tagetes, Frauenmantel, Zucchiniblüten und viele andere mehr.

Es gibt allerdings auch Blüten, die man nicht essen darf, da sie ungenießbar und teilweise auch giftig sind. Dazu zählen Maiglöckchen, die Blüten der Tomate und der Kartoffel, Oleander, Fingerhut, Herbstzeitlose, Akelei, Pfaffenhütchen und viele andere mehr.

Beim Ernten der essbaren Blüten auf folgende Punkte achten:

- Für den Verzehr nur Blüten ernten, die nicht gespritzt worden sind. Am besten also aus dem eigenen Garten, da man dann sicher weiß, wie sie aufgezogen wurden.
- Immer frisch ernten und am besten gleich verwenden, da sie sonst schnell das Aroma verlieren können.
- Blüten ernten, die gerade erblüht sind, sie enthalten das stärkste Aroma.
- Immer nur bei trockenem Wetter, am besten vormittags, vor der großen Mittagshitze ernten.

Wildrosenblütenöl

Die Blüten der wilden Rose beginnen etwa im Juni zu blühen und verströmen einen zarten Duft. Aus ihnen entstehen im Herbst die rot leuchtenden Hagebutten. In Öl eingelegt, bekommt man ein zartes Pflegeprodukt für die Haut. Als Massageöl, oder weiterverarbeitet in anderen Kosmetikprodukten, ist es ein wertvoller Inhaltsstoff.



Man benötigt:

- * Frische Wildrosenblüten
- * Mandelöl
- * Vitamin E
- * Alkohol zum Desinfizieren

So wird's gemacht:

Zunächst werden alle Arbeitsgeräte, Behälter und Flaschen mit Alkohol desinfiziert.

Die Wildrosenblüten etwas zerkleinern und locker bis zur Hälfte in ein verschließbares Glas schichten.

Mit dem Mandelöl übergießen und die ersten zwei bis drei Tage mit einem Tuch bedecken. Danach gut verschließen und 14 bis 21 Tage lang an einem hellen, aber nicht vollsonnigen Platz ziehen lassen.

Durch ein feines Sieb abseihen und auf 100 ml Öl etwa zwei Tropfen Vitamin E hinzugeben. In Flaschen abfüllen und kühl und dunkel lagern.

Haltbarkeit: etwa 6 bis 8 Monate.

Hübsches aus Salzteig

Gewiss, Salzteig ist nicht gerade sehr modern, aber solche Klassiker kann man immer wieder neu interpretieren. So entstehen mit wenigen Zutaten, die man meistens zu Hause hat, ganz entzückende Anhänger, die man vielfältig verwenden kann. Sie können den Weihnachtsbaum schmücken oder ein Geschenk verzieren!

So wird's gemacht:

Salz, Mehl und Speisestärke in einer Schüssel vermischen.

Das Wasser nach und nach hinzugeben, bis ein formbarer Teig entsteht.

Sollte er noch zu trocken sein, noch etwas Wasser hinzufügen. Falls er zu nass ist, mit etwas Mehl vermengen.

Den Teig in die Spekulatiusformen drücken und Figuren ausschneiden.

Die ausgeschnittenen Formen auf ein flaches Brett legen und mindestens einen Tag lang

gut durchtrocknen lassen. Damit sie auf beiden Seiten trocknen, die Formen einmal umdrehen.

Am nächsten Tag die Formen mit brauner Acrylfarbe bemalen. Damit der Farbauftrag nicht zu gleichmäßig wirkt, nimmt man mithilfe einer angefeuchteten Küchenrolle wieder etwas Farbe ab. So entsteht ein schöner Effekt und die Formen sehen älter und interessanter aus.

Haltbarkeit: mehrere Jahre, sofern sie gut durchgetrocknet sind und trocken gelagert werden.



Man benötigt:

- * 1 Tasse fein gemahltes Salz
- * 1 1/2 Tassen Mehl
- * 10 EL Speisestärke
- * 3/4 Tasse Wasser
- * Spekulatiusformen
- * Braune Acrylfarbe
- * Pinsel
- * Küchenrolle



Ein Gewürzkranz, der herrlich duftet!

Gewürze gehören im Advent einfach dazu. Besonders Zimt, Orangenschalen und Nelken verkörpern den unverkennbaren Weihnachtsduft. Man findet sie in Tees, Plätzchen und leckeren Sirups. Sie sind aber nicht nur kulinarisch ein Leckerbissen, auch optisch sehen sie sehr schön und interessant aus. Zusammen ergeben sie diesen herrlichen Gewürzkranz.



Man benötigt:

- * Strohkrantz
- * Braune Stoffreste
- * Gewürze und getrocknete Früchte: Orangen- und Apfelscheiben, Chilis
Zimt, Nelken, Sternanis, Wacholderbeeren
- * Heißklebepistole

So wird's gemacht:

Die Stoffreste in 4 bis 5 cm breite Bahnen schneiden und den Strohkrantz damit umwickeln. Anfang und Ende des Stoffs mit der Heißklebepistole festkleben.

Zunächst die größeren Teile wie Zimtstangen, Orangen- und Apfelscheiben mit der Heißklebepistole auf dem Kranz befestigen.

Danach die kleineren Gewürze wie Nelken, Sternanis und Wacholderbeeren anbringen.

Achtung: Beim Arbeiten mit der Heißklebepistole immer vorsichtig sein, denn man kann sich bei Unachtsamkeit schnell die Finger verbrennen!

