



Ölauszug Bedarfsliste

benötigtes Arbeitsmaterial

- Glas (z. B. Marmeladenglas) mit passendem Deckel
- Alkohol zum desinfizieren
- Herdplatte
- Topf für Wasserbad
- Baumwoll- oder Leinentuch
- Bindeband

Zutaten:

- Kräuter, Blüten frisch oder getrocknet; z. B. Ringelblume, Rosenblätter, Johanniskraut, Mädesüß, Holunderblüten, Gundermann, Thymian, Schafgarbe, (wir werden auf die Pflanzenauswahl näher eingehen, für deine nächsten Ölauszüge)
- Pflanzenöl; z. B. Olivenöl, Mandelöl, Distelöl,...

Du findest die Zutaten bei allen Kosmetik-Rohstoff-Lieferanten. Mein bevorzugter Lieferant ist: www.manske-shop.com (keine Werbung!). Bei Unklarheiten bitte einfach bei mir anfragen.