

REZEPTIDEE

Lavendelöl

50 - 100 g Lavendelblüten ergeben ca. 1 mg ätherisches Öl

- 1 1 L Wasser in den Mixtopf des Thermomix® geben.
 - 2 50 - 100 g getrocknete Lavendelblüten in den Gareinsatz geben.
 - 3 Deckel mit Destille aufsetzen und Destille wie in der Gebrauchsanweisung beschrieben starten.
 - 4 Im Thermomix® die Zeit auf 30 min, die Temperatur auf Varoma® und die Drehzahl auf Stufe 1 stellen.
- Nach 10 - 15 min tropft das Hydrolat (ätherische Öl) ins Auffanggefäß.



Destille nicht unbeaufsichtigt lassen.



Immer genügend Wasser in den Topf füllen, um ein völliges Verdampfen des Wassers und damit verbundene Überhitzung des Thermomix® zu vermeiden.



Anwendungstipp

Um die innere Ruhe wiederzufinden, eignet sich Lavendelöl hervorragend für Massagen oder – gemischt mit 2 - 3 Esslöffeln Honig – für ein wohltuendes Bad.

Die antimikrobielle Wirkung des Öls hilft außerdem wirkungsvoll bei Ohrenschmerzen.