



## *Brandnetel zalf*

Deze zalf is goed voor reuma, jicht en huidaandoeningen (door de zuivering van het bloed en de antiseptische eigenschappen). Grappig genoeg werkt de zalf ook tegen de jeuk en pijn van brandneteluitslag.

### Je maakt eerst een maceraat:

Oogst de kruiden na een droge periode, in de ochtend. Je hebt zoveel nodig als dat in je fles past. De olie en de kruiden doe je in een pot die je goed kan afsluiten - donkere pot of lichte pot maakt niet veel verschil. De kruiden moeten goed onderstaan: dit dien je elke dag te controleren. Als de kruiden boven de olie uitkomen zullen ze gaan schimmelen en kan je je maceraat weggoeien.

Je zet het maceraat op een zonnige plek, waar je het minstens 6 weken laat staan. De eerste twee tot drie weken schud je de fles meerdere keren op een dag. Na zes weken filter je de kruiden uit de olie. Je maceraat (de olie) is klaar!

### Wanneer je het maceraat hebt van de brandnetel volgt de zalf:

40 gram brandnetelmaceraat met 5 gram bijenwas verwarmen tot 70 graden tot alle was gesmolten is.

Afkoelen tot stollen aan de rand

10 druppels lavendel etherische olie toevoegen

In potjes doen en sluiten, met een mooi etiket erop.

Werk altijd hygiënisch en ontsmet je materialen door ze te overgieten met kokend water.

