

## **Arnikablüten-Öl**

200 ml Mandelöl  
8 gr Arnikablüten

Herstellung:

Die getrockneten Arnikablüten in ein verschließbares Glas geben und dieses mit Mandelöl auffüllen. Gut verschließen und an einen warmen, dunklen Platz stellen. Das Glas ab und zu schütteln. Nach etwa zwei bis vier Wochen das Öl durch ein Küchensieb filtern, den Rest mit einem Löffel sorgfältig auspressen und den Auszug in eine Flasche abfüllen.

© [Nature](#) 2015

www.maison-creativ.de