

Rezept für Melissen-Salbe/Lippensalbe

Wofür die Melissensalbe gut ist:

- **Antiviral:** bei Lippenherpes & viralen Hautreizungen
- **Beruhigend:** bei nervöser, gereizter Haut
- **Juckreiz & Rötungen:** z. B. bei leichten Entzündungen
- **Kinder:** sanft bei Unruhe (z. B. abends auf Brust oder Füße)

Zutaten

- 2 EL Melissenblätter (frisch oder getrocknet)
- 50 ml Pflanzenöl (z. B. Olivenöl, Mandelöl oder Jojobaöl)
- 5–8 g Bienenwachs
(für festere Konsistenz, Lippenstift → mehr Bienenwachs,
8-10g auf 50ml Öl)

Optional:

- 1 TL Honig (pflegend, leicht süß – optional)
- 2–3 Tropfen ätherisches Öl (z. B. Zitrone oder Lavendel, optional)

Bevorzugst du die vegane Form?

Vegane Alternative zu Bienenwachs

- 8–12 g Carnaubawachs oder Candelillawachs (vegane Alternative zu Bienenwachs)

Optional:

- 1/2 TL Sheabutter (für extra Pflege)
- 2–3 Tropfen ätherisches Öl (z. B. Lavendel)

Zubereitung

- Melissenblätter leicht zerkleinern
- Mit dem Öl in ein hitzefestes Glas geben
- Im Wasserbad ca. 30–60 Minuten sanft erwärmen
(Nicht kochen! 40–60 °C ideal: ~50 °C, Wasser sollte nur leicht dampfen)
- Danach durch ein feines Sieb oder Tuch abfiltern

👉 **Alternative: 1–2 Wochen kalt ziehen lassen für intensiveren Duft.**

- Das fertige Melissenöl wieder leicht erwärmen (ca. 60–70 °C)
- Bienenwachs hinzufügen und schmelzen lassen
(Candelillawachs schmilzt bei ~68–73 °C Carnaubawachs bei ~80–85 °C)
- Mischung abkühlen lassen auf ca. 40 °C erst danach Honig und/oder ätherische Öle einrühren
- Sofort in kleine saubere Döschen oder Lippenstifthülsen gießen
- Bei Raumtemperatur unverschlossen abkühlen lassen
(nicht in den Kühlschrank → kann Risse geben)

👉 **Haltbarkeit:**

- Ca. 6–9 Monate
- Kühl & lichtgeschützt lagern