



Foto: Uschi Zezelitsch

Uschis Rezept: Hautsalbe aus Moos

In der kalten Jahreszeit, wenn wir von bunten Blüten und Blättern nicht abgelenkt werden, bekommen auch unauffällige Pflanzen wie die Moose unsere Aufmerksamkeit. Unscheinbar, aber oho kann ich nur sagen. Moose sind echte Ureinwohner. Sie haben sich aus Grünalgen entwickelt und sind etwa 400 Millionen Jahre alt.

Eigentlich könnte man sagen: Moos ist ein Alleskönner: Von der Verwendung als Babywindel, Räuchermittel, zur Auspolsterung von Särgen bis zum Toilettenpapier kann man mit Moos alles machen. Mindestens so bemerkenswert ist die Aufgabe als wichtiger Lebensraum für Tiere. Und es ist unerlässlich für ein gesundes Ökosystem. Moos filtert z.B: Schadstoffe, speichert Wasser und Kohlenstoff und reinigt den Boden. Durch das Moos verdunstet auch viel weniger Wasser.

In der Hausapotheke ist Moos wahrscheinlich als Hustenmittel bekannt - da kennen wir vor allem die Lutschpastillen aus Islandmoos. Aber es kann auch in der Kosmetik zur Hautstraffung verwendet werden - genauso wie als Räuchermittel. Die antibakterielle Wirkung kommt aber vor allem in meiner Mooshexensalbe gut zur Wirkung.

Rezept für eine Hautsalbe mit Moos

Eine Bitte: Wenn Sie jetzt Moos sammeln gehen: Nur in kleinen Mengen und am besten von umgestürzten Bäumen nehmen.

Für meine Salbe werden zuerst die Erdreste entfernt. Dann gebe ich eine kleine Hand voll Moos in eine Schüssel, übergieße es mit Kokos- oder Olivenöl und lasse es 40

Rezept aus der ORF-Sendung „Natur im Garten“

Minuten in einem Wasserbad im Emailtopf auf kleiner Flamme simmern. Die Wartezeit überspringen wir. Ich mache mit einem vorbereiteten Ansatz weiter.

Dann püriere ich das Moos mit dem Öl, erwärme alles noch einmal und dann ruht der Ansatz eine Nacht lang.

Jetzt nehme ich den zweiten vorbereiteten Ansatz und seihe ihn durch ein feines Sieb oder Mulltuch ab, erwärme alles noch einmal und rühre Bienenwachs ein. Zum Schluss wird die flüssige Salbe sterile Tiegel gefüllt.

Mir hat diese Salbe bei Husten, Zerrungen, Gelenkschmerzen und kleinen Wunden schon sehr geholfen. Wer mag kann sie auch als feuchtigkeitsspendende Hautsalbe verwenden.

Über so ein Weihnachtsgeschenk freuen sich sicher viele Menschen.

