



Wohltuendes Bäuchleinöl

Zutaten

1. 25 g Kümmel / Anis / Fenchel
2. 100 g Bio Mandelöl
3. Mörser
4. Dunkles Schraubglas

Zubereitung

1. Zermörsere die Samen
2. Gib sie in ein beliebiges Schraubglas
3. Bedecke die Samen mit dem Öl
4. Stelle das geschlossene Glas für 2 Wochen an einem dunklen Ort
5. Seie die Mischung ab und fülle dein Bäuchleinöl in das dunkle Schraubglas



Bäuchleinöl

chillnfeel.com