

Pflanzenwasser für Kosmetikprodukte

Hydrolate entstehen bei der Wasserdampfdestillation von ätherischen Ölen aus Pflanzen.

Durch Wasserdampfdestillation werden ätherische Öle gewonnen. Dabei entsteht auch das Hydrolat, das mit den wasserlöslichen Bestandteilen der jeweiligen verarbeiteten Pflanze versetzt ist. Bei der Wasserdampfdestillation bricht der Dampf die Öldrüsen des Pflanzenmaterials auf und reißt aus den Blättern, Blüten, Hölzern diejenigen Komponenten mit sich, die einen niedrigeren Siedepunkt haben und leichter sind als Wasser, und transportiert sie nach oben: ätherische Öle, aber auch andere wasserlösliche Pflanzenteile. Verwendungsmöglichkeiten:

Hydrolate sind in der Küche gut einsetzbar, bei kalten Gerichten, wie z. B. Salaten oder auch beim Brotbacken mit Sauerteig

Hydrolate eignen sich für Kompressen bei Prellungen, Verbrennungen oder Fieber zur Herstellung von Cremes, Schüttellotionen, Deos und Haarwässern.

Hydrolate in der Duftlampe oder im Airspray tragen zu einer ausgeglichenen Raumatmosphäre bei und können in Erkältungszeiten die Keime im Raum reduzieren.

Hydrolate eignen sich vorzüglich zur Einnahme, wirken jedoch wesentlich konzentrierter als z. B. ein Tee der gleichen Pflanze; also sollte man sie verdünnen.

Rezepte mit Hydrolaten

Kornblumen-Body-Splash: Vor allem im Sommer ist eine kleine Körper- oder Gesichtsdusche besonders angenehm und erfrischend. Zubereitung: In eine Sprayflasche (100 ml) 75 ml Kornblumen-Hydrolat und 25 ml Pfefferminz-Hydrolat füllen, gut schütteln und verwenden.

Kamillen-Reinigungsmilch: 5 g Bienenwachs und 5 g Lanolin anhydrid schmelzen, 100 ml Mandelöl zugeben und unterrühren. Gleichzeitig 250 ml Kamillen-Hydrolat erwärmen. Bei etwa 60°C beides vom Feuer nehmen und das Hydrolat in die Fettmasse einrühren.

Cold Cream: 15 g Bienenwachs im Wasserbad schmelzen (65°C), 120 ml Mandelöl gleichmäßig einrühren. 50 ml Hydrolat (je nach Wunsch) in einem gesonderten Gefäß erwärmen, nach und nach in die Bienenwachs-Mischung unter ständigem Rühren hineinleeren. Vom Feuer nehmen und ätherische Öle (15–18 Tropfen, nach Wunsch) einrühren.

Buchtipps: Ingrid Kleindienst-John: „Hydrolate – Sanfte Heilkräfte aus Pflanzenwasser, Freya Verlag.