

Rezept # 51 - einfaches Rezept für eine natürliche Anti-Mücken- und Zeckenschutz-Schüttellotion aus Walnussblättern, das auf den ätherischen Ölen und Gerbstoffen der Blätter basiert, die Insekten abschrecken.

Zutaten:

50 g frische oder 25 g getrocknete Walnussblätter (fein geschnitten)

100 ml neutrales Pflanzenöl (z. B. Sonnenblumen- oder Olivenöl)

100 ml hochprozentiger Alkohol (ca. 50 %, z. B. Wodka oder Ansatzalkohol)

10–15 Tropfen ätherisches Öl (optional, z. B. Lavendel, Citronella oder Rosmarin für verstärkte Wirkung)

1 Sprühflasche (ca. 200 ml Fassungsvermögen, desinfiziert)

Zubereitung:

Walnussblätter vorbereiten: Frische oder getrocknete Walnussblätter in kleine Stücke schneiden oder reißen.

Ölauszug (Mazerat): Fülle ein sauberes, verschließbares Glas zu etwa 2/3 mit den Blättern und gieße das Pflanzenöl darüber, bis die Blätter bedeckt sind. Verschließe das Glas und lasse es 2–3 Wochen an einem warmen, aber nicht sonnigen Ort ziehen. Schüttle es täglich. Danach durch ein feines Sieb oder Tuch abseihen.

Alkoholauszug (Tinktur): Fülle ein weiteres Glas zu etwa 2/3 mit den restlichen Blättern und gieße den Alkohol darüber. Verschließe es und lasse es ebenfalls 2–3 Wochen an einem warmen Ort ziehen, täglich schütteln. Danach abseihen.

Schüttellotion herstellen: Mische den Ölauszug und die Tinktur im Verhältnis 1:1 (z. B. je 100 ml) in der Sprühflasche. Füge optional 10–15 Tropfen ätherisches Öl hinzu, um die Wirkung zu verstärken und einen angenehmen Duft zu erzielen.

Fertigstellen: Verschließe die Flasche und schüttle kräftig, bis sich die Zutaten verbinden. Die Lotion bleibt etwa 2 Monate haltbar, bei kühler und dunkler Lagerung (z. B. im Kühlschrank) länger.

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ☺



Anwendung:

Vor Gebrauch gut schütteln, da sich Öl und Alkohol trennen.

Auf Arme, Beine und andere unbedeckte Hautstellen sprühen, Augen- und Mundbereich aussparen.

Nach dem Schwimmen oder starkem Schwitzen erneut auftragen.

Vorsicht: Die dunkle Tinktur kann helle Kleidung färben.

Hinweise:

Für Kinder und Schwangere: Ätherische Öle und hochprozentigen Alkohol meiden oder die Konzentration reduzieren (z. B. nur 5 Tropfen ätherisches Öl). Konsultiere vorab einen Arzt.

Zeckenschutz: Dieses Mittel ist primär gegen Mücken wirksam. Für Zecken empfiehlt sich zusätzlich lange Kleidung und regelmäßiges Absuchen nach Aufenthalt in der Natur.

Hauttest: Vor großflächiger Anwendung an einer kleinen Hautstelle testen, um Allergien auszuschließen.

Alternative: Für eine einfachere Variante kannst du frische Walnussblätter zerreiben und den Saft direkt auf die Haut auftragen, allerdings ist dies weniger haltbar.

Einkaufsliste

[200ml Sprühflasche](#)

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ☺

