**Zimt – Fußbalsam**

Zutaten

100 g Johanniskrautöl

10 – 15 g Zimtstangenstücke

10 g Bienenwachs

10 Tropfen Ätherisches Zimtrindenöl

In das Johanniskrautöl die zerkleinerten Zimtrindenstücke geben und in einem Wasserbad 2 – 3 Stunden bei 40 – 50 ° ziehen lassen, dann abfiltern. In das Öl das zerkleinerte Bienenwachs geben und bei ca. 50 ° schmelzen lassen. Bevor das ätherische Öl zugegeben wird, auf ca. 30 ° abkühlen lassen. In Salbendöschen abfüllen, noch kurze Zeit offen stehen lassen, dann mit dem Deckel verschließen.

Eine sanfte Massage mit dem Zimtbalsam erwärmt kalte Füße und fördert die Durchblutung.