



Örtolja

1. Fyll en glasburk till hälften med hackade/klippta färska örter.
2. Fyll på upp till kanten med vegetabilisk olja. Bra oljor är oliv- och rapsolja som håller länge utan att härskna. Sätt på locket.
3. Ställ burken i ett väster- eller österfönster.
4. Låt stå i två veckor. Rör om varje dag.
5. Efter två veckor – sila av genom ett nylonfilter. Pressa ur oljan ur örterna.
6. Håll upp på mörk glasflaska. Håller ca 2 år.

Att tänka på: Se till att örterna inte är blöta när du hackar ned dem i burken, det ska helst inte ha regnat under det senaste dygnet. Våta örter och örter med ovanligt högt vätskeinhåll orsakar mögel i örtoljan. Då måste man kasta bort alltihop.

Bra örter till örtolja: ringblomma, kamomill, johannesört, nässelblommor, gran, tall, en, enbär, ros, rosmarin