

## Waldweihnacht

### *Besondere Geschenke aus dem Wald*

Wenn's draußen nebelt und friert, stimmen wir uns gerne langsam, aber sicher, auf die stillste Zeit im Jahr ein. Für alle jene, welche gerne persönlich schenken und keine Lust auf stressige Einkaufstouren haben, gibt es hier einige Anregungen für nette Weihnachtsüberraschungen für Waldliebhaber.

Selbstgemachtes kommt immer von Herzen und wir sagen damit dem Beschenkten, dass wir Liebe und Zeit für ihn investiert haben. Außerdem entschleunigt schon die Herstellung der Waldgeschenke auf ganz wunderbare Weise.

Übrigens, wer nicht so gerne bastelt oder backt, kann z.B. ganz einfach mit einem Gutschein für einen gemeinsamen Waldspaziergang (evt. mit Einladung zur Jause) verpackt in kuscheligen Schafwollsocken ein ganz besonderes Stück Herzenswärme schenken.

### **Badewellness Waldduft**

#### **Das wird benötigt:**

1/2 kg grobes Bergkernsalz

1 große Handvoll Baumadeln (Fichte, Tanne, Kiefer)

echte ätherische Öle (z.B. Fichtennadel, Tannennadel, Latschenkiefer etc.)

#### **So wird's gemacht:**

Die Baumadeln mit ca. 1/5 des Salzes in einem ganz starken Cutter vermahlen. In einer Schüssel das restliche Salz mit dem gemahlene Nadeln vermischen und mit 20-30 Tropfen ätherischem Öl vermischen. In schöne weithalsige Flaschen oder Gläser füllen. Die Flaschen bzw. Gläser mit Stoffresten etc. nett dekorieren und beschriften. Anwendung: Dieses „Waldbad“ wirkt vitalisierend auf die Muskulatur, entschlackend, regt den Stoffwechsel an und befreit die Atemwege.

Für ein Vollbad rechnet man ca. 1 Tasse Badesalz, für ein belebendes Fußbad 3-4 EL Badesalz.

#### **Tipps:**

- Das Badesalz kann auch mit Molke- oder Milchpulver (auf ein 1/2 kg Salz rechnet man 70-100 g) versetzt werden. Verwöhnt die Haut zusätzlich.
- Natron zum Badesalz begeben. Fördert die Entgiftung über die Haut.
- Je nach Verfügbarkeit und persönlichen Vorlieben können auch andere Kräuter wie Thymian, Rosenblüten, Lavendel usw. zugesetzt werden.

### **Selbstgemachte Anzündhilfen – „Ich brenne für dich“**

#### **Das wird benötigt:**

trockene Zapfen (Fichte, Föhre,...)

Holzwohle oder Holzspäne

Dochtgarne

trockene Zweige  
trockenes Moos  
Kräuter etc.  
Bienenwachs oder Kerzenreste  
Papier-Muffinformen  
evt. Gewürze (Zimtrinden, Nelken, Sternanis)

**So wird's gemacht:**

Wachs in ein Glas geben und im Wasserbad schmelzen. Immer je zwei Papier-Muffinformen zusammenstecken und diese am besten in eine Muffinbackform stellen. Nun Zapfen, Holzwolle, trockene Zweige/Kräuter etc. kompakt einfüllen. Docht einstecken – dieser dient später zum Anzünden. Die gefüllten Formen mit dem geschmolzenen Wachs auffüllen und fest werden lassen. Fertig sind die selbstgemachten Anzündhilfen aus dem Wald.

**Tipp:**

Mit einem netten Spruch auf einem Etikett beschriften, z.B. „Ich brenne für dich!“, „Ein Stückchen Wärme für einen besonderen Menschen“.....

**Fichtenbusserl „Waldweihnacht“**

**Das wird benötigt:**

160 g Einkornmehl (ersatzweise Dinkelmehl oder glattes Mehl)  
60 g gemahlene Kürbiskerne  
100 g weiche Butter  
100 g Zucker  
2-3 EL Fichtennadeln  
geriebene Schale von einer unbehandelten Orange  
Vanille  
eine Prise Salz  
7-10 Tropfen echtes ätherisches Fichtennadelöl  
Wildfruchtarmelade zum Füllen (z.B. Hagebutte, Waldhimbeere, Schlehe, Holunderbeere etc.)

**So wird's gemacht:**

Zuerst wird Fichtenzucker hergestellt - dazu wird der Zucker mit den Fichtennadeln in einem starken Mixer fein vermahlen. Ca. 2 EL fertigen Fichtenzucker beiseite stellen, dieser wird später zum Dekorieren verwendet. Für den Teig das Mehl mit Kürbiskernen, Butter, Fichtenzucker, Orangenschale, Vanille, Salz und Fichtennadelöl zu einem Teig verarbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 1 Stunde kühl rasten lassen. Teig zu Rollen formen, kleine Stücke abschneiden und diese zu kleinen Kugeln formen. Die Kugel auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und mit dem Kochlöffelstiel eine Vertiefung eindrücken (wie bei Husarenkrapferl). Im vorgeheizten Backrohr bei 200 °C 8-10 Minuten auf Sicht backen. Die vorbereitete Marmelade in die Vertiefung der noch heißen Fichtenbusserl füllen und noch warm mit dem beiseite gestellten Fichtenzucker leicht bestreuen.

**Tipp:**

- Wer keinen starken Mixer für die Zubereitung von Fichtenzucker hat, nimmt einfach normalen Zucker für den Teig und gibt zusätzlich noch 5 Tropfen Fichtennadelöl zur Verstärkung des Fichtenaromas dazu.
- Fichtennadeln können selbstverständlich durch Tannennadeln ersetzt werden.