

ANLEITUNG ZUR HERSTELLUNG EINES DUFT-POTPOURRIS

Ein Potpourri muss nicht teuer sein, auch wenn es im Handel oft kostspielig angeboten wird. Duftende Mischungen lassen sich leicht selbst herstellen, fast ohne große Ausgaben. Viele der Zutaten liegen uns sprichwörtlich „vor den Füßen“: Blüten, Kräuter, Gewürze oder Schalen, die man sammeln und trocknen kann. Auch Aufbewahrungsgläser müssen nicht gekauft werden – alte Konservengläser eignen sich wunderbar. So entsteht mit wenig Aufwand und viel Freude ein ganz persönlicher Duftzauber.

ZUTATEN (EMPFEHLUNGEN)

getrocknete Blüten:

Gänseblümchen, Veilchen, Schafgarbe, Löwenzahn, Lindenblüte, Holunderblüte, Huflattich, Margerite, Kornblume, Frauenmantel, Ringelblume, Malve, Glockenblume, Lavendel, Roter Klee, Edelwicke, Sonnenhut, Rose, Sonnenblume, Tagetes, Dahlien, Herbstaster

getrocknete Kräuter:

Taubnessel, Brennnessel, Gänsefingerkraut, Johanniskraut, Melisse, Pfefferminze, Oregano, Majoran, Beifuß, Benediktenkraut, Wermut, Rosmarin

Früchte, Schalen, Naturzug

Hagebutten, Schalen von Zitrusfrüchten, Orangenschale, Apfelscheiben, kleine Zapfen, Beeren, Kastanien, Bucheckern, Eicheln

Gewürze:

Nelken, Zimtstangen, Sternanis, Kardamon, Muskatnuss, Kümmel, Ingwer, Koriander, Fenchelsamen, Piment

Ätherische Öle:

Grundsätzlich können alle ätherischen Öle verwendet werden. Je nach Zusammensetzung des Potpourris eignen sich bestimmte Düfte besonders gut, um die Mischung harmonisch zu unterstreichen

SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG:

1

Blüten und Kräuter vorbereiten

Blüten, Kräuter, Schalen und Gewürze vollständig an der Luft trocknen!!! Fertige Trockenblüten aus dem Handel verwenden, sind preisintensiv.

2

Mischung zusammenstellen

In einer großen Schale Blüten, Kräuter, Gewürze und Zitruschalen nach Geschmack mischen. Wähle farblich und dufttechnisch harmonische Kombinationen.

3

Duft veredeln (optional)

Einige Tropfen ätherisches Öl auf Blüten oder auf einen Wattebausch im Gefäß geben. Wird Zitrusöl verwendet, nicht direkt auf die Blüten tropfen, da das Öl sie verfärben kann.

4

Reifen lassen

Die Mischung in ein verschließbares Glas geben und 1–2 Wochen an einem dunklen, kühlen Ort ziehen lassen. Ab und zu sanft schütteln und lüften.

5

Präsentieren oder verschenken

Nach dem Ziehen kann das Potpourri in eine dekorative Schale, ein Baumwoll- oder Organza Säckchen gefüllt und im Raum präsentiert werden.



Tipp: Duft auffrischen

Wenn der Duft nach einigen Wochen nachlässt, kann das Potpourri mit wenigen Tropfen ätherischem Öl wiederbelebt werden. Besonders Lavendel behält seinen Duft lange. Werden getrocknete Lavendelblüten oder ganze Rispen verwendet, können diese durch leichtes drücken die Ätherischen Öle freisetzen. Daher sind auch Lavendelsäckchen über lange Zeit gut duftend.

IDEEN FÜR VERSCHIEDENE POTPOURRIS

BEISPIELMISCHUNG: "SOMMERZEIT"

- Rosen, Lavendel, Klee, Ringelblume, Kornblume
- Zitronenmelisse, Oregano
- getrocknete Zitronenschale
- Ätherisches Öl: Zitrone oder Litsea



Potpourri-Eigenschaften

- **Farben:** bunt und sommerlich (blau, gelb, orange, rot, violett)
- **Duft:** frisch, blumig, leicht fruchtig, sanfte Kräuternote
- **Stimmung:** erinnert an Sommerwiesen, Leichtigkeit und gute Laune.

BEISPIELMISCHUNG: "HERBSTZAUBER"

- Hagebutten (ganze, gut getrocknet)
- Ringelblumen, Schafgabe, Rosen
- Salbei, Majoran, Thymian
- Ätherisches Öl: Himalaja-Zeder oder Lavadin



Potpourri-Eigenschaften

- **Farben:** warmes Rot-Orange-Gelb, ergänzt durch Weiß und Grün → klassisch herbstlich
- **Duft:** fruchtig, blumig, würzig-erdig
- **Stimmung:** kräftigend, erdend, bringt Wärme und Geborgenheit in den Herbst.

BEISPIELMISCHUNG: "WINTERABEND"

- Rosen, Orangenschalen, Apfelscheiben, Hagebutten
- Rosmarin, Tannenzweiglein
- Zimt, Sternanis, Nelken
- Ätherisches Öl: Orange oder Blutorange



Potpourri-Eigenschaften

- **Farben:** kräftiges Rot, Orange und Braun, ergänzt durch tiefes Grün von Tanne/Fichte
- **Duft:** warm-würzig, fruchtig, harzig
- **Stimmung:** Geborgenheit, erinnert an Weihnachten, vermittelt Gefühl von Gemütlichkeit an Winterabenden

BEISPIELMISCHUNG: "ERKÄLTUNGSZEIT"

- Orangenschalen, Zitronenschalen, Lavendelblüten
- Zimtstangen, Sternanis
- Thymian, Pfefferminze, Kamille
- Ätherisches Öl: Eukalyptus, Blutorange



Potpourri-Eigenschaften

- **Farben:** Orange und Braun, frisches Grün der Kräuter, sanftes Gelb/Blau → lebendig und heilkräftig.
- **Duft:** frisch-kühl, aromatisch-würzig, sanft ausgleichend, fruchtig
- **Stimmung:** klärend und befreiend, wirkt beruhigend