



ORF

**Uschi blüht auf / Rezept von Uschi Zezelitsch
14.9.2025**

MEERFENCHEL

Freunde in Nordirland haben mit dieser Pflanze unter anderem ein Öl angesetzt, das zur Feuchtigkeitspflege verwendet wird und auch als Zutat für eine Paste, mit der man Altersflecken und Pigmentflecken sozusagen „wegzaubern“ kann.

MEERFENCHEL-ÖL (zur Feuchtigkeitspflege)

Die Blätter des Meerfenchels grob gehackt in ein Glas gegeben und mit einem guten Pflanzenöl übergießen. Eventuell die Blätter vorher etwas antrocknen, damit weniger Feuchtigkeit mit dem Öl in Berührung kommt und der Ansatz vor Schimmel sicher ist. Nach drei Wochen das Öl abseihen und in dunkle Fläschchen füllen.

MEERFENCHEL-PASTE (hilft bei Alters- und Pigmentflecken)

Ein paar Esslöffel Meerfenchelöl mit etwas Zitronensaft, (wenn vorhanden) Aloe Vera und Natron mischen. Die Paste ist gekühlt eine Woche haltbar und wird am besten mehrmals über einige Tage auf die Stellen mit Hautverfärbungen getupft.