

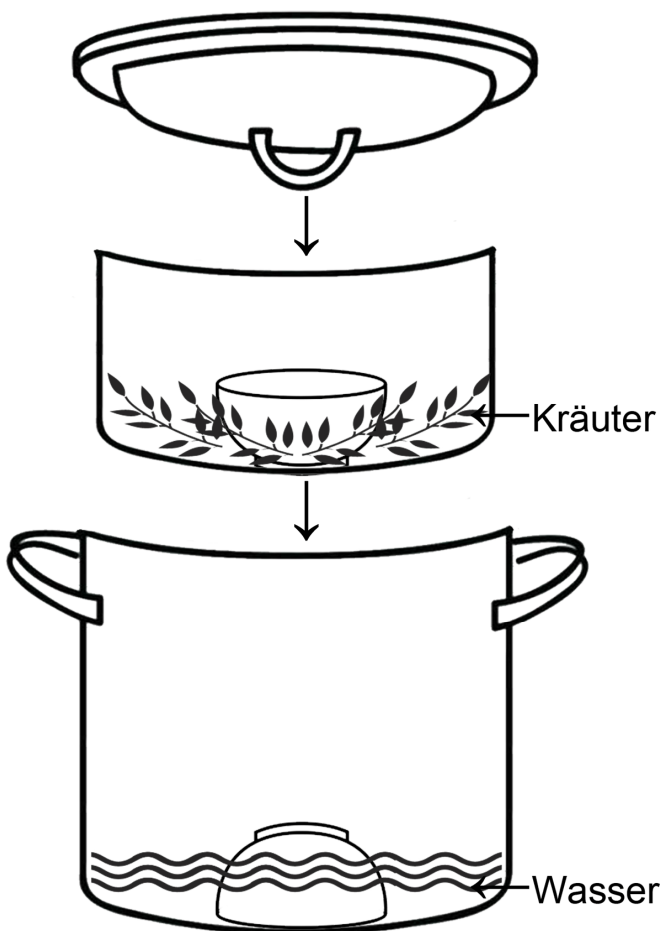
# Hydrolate

Hydrolate bestehen aus dem Kondenswasser, das als Beiprodukt bei der Herstellung von ätherischen Ölen entsteht. Die pflanzlichen Inhaltsstoffe werden im Wasser gebunden, welches farbloser ist als Wasser- oder Ölauszüge. In Hydrolaten sind noch viele wertvolle Substanzen der Ursprungspflanzen enthalten, weshalb sie sich sehr vielseitig einsetzen lassen. Am ehesten mit Hydrolaten vergleichbar ist das mit flüchtigen Bestandteilen angereicherte Kondensationswasser, wie es mit folgender Methode gewonnen werden kann.

## Topf und Deckel – Kondensationsmethode

Du benötigst:

- Pflanzenteile wie zum Beispiel Blätter, Blüten, Stängel oder auch Wurzeln
- Wasser (mindestens 250 ml, abhängig vom Topfumfang)
- 1 großen Kochtopf mit Deckel
- 1 Tasse oder kleine Schüssel
- 1 Sieb, das in den Topf passt und ausreichend Abstand zum Boden aufweist. Zur Not eignen sich auch Espressotassen, um den nötigen Abstand zu sichern. Alternativ kannst du auch einen Dampfkochtopfeinsatz (Sieb und Dreibein-Ständer) verwenden.



Und so gehst du vor:

1. Fülle Wasser in den Topf und setze das Sieb in den Topf ein.
2. In das Sieb stellst du die Tasse oder die Schüssel, die den Topfrand nicht überragen sollte.
3. Platziere die Pflanzenteile im Sieb rund um das kleine Gefäß und achte darauf, dass sie nicht mit Wasser in Berührung kommen.
4. Der Deckel wird verkehrt herum auf den Topf gelegt, so dass sich der Griff über der Tasse beziehungsweise der Schüssel befindet. Er sollte gut schließen. Am besten funktioniert es wenn der Griff abgeschraubt werden kann.
5. Erwärme nun das Wasser bei mittlerer Hitze. Das Wasser kondensiert und wird am schrägen Deckel über den Griff in den dafür vorgesehenen Behälter tropfen.

Das fertige Hydrolat kannst du nun in Schraubgläser oder fest verschließbare Flaschen füllen, es ist einige Wochen lang haltbar. Mit Alkohol vermischt (ca. 12-15 %) hält es sich sogar über ein Jahr.