



## Beipackzettel

### Bad Salzelmener Siedesalz

Herzlichen Glückwunsch zum Erwerb dieses reinen Naturproduktes!

Der SOLEPARK Schönebeck/Bad Salzelmen – mit der musealen Einrichtung „Kunsthof“ – verfügt über die kleinste produzierende Pfannensaline Deutschlands. Hier wird aus der Natursole des vor 250 Mio. Jahren entstandenen Steinsalzes in Handarbeit ein kristallines Salz gesiedet, das frei von chemischen Zusätzen ist.

Ständige Kontrollen sichern die hohe Qualität der vor Ort, im Kurpark von Bad Salzelmen, geförderten Sole. Sie ist als Heilmittel staatlich anerkannt und wird seit über 200 Jahren zu kurativen Zwecken angewendet.

### Anwendungsmöglichkeiten

#### Inhalieren mit einem Inhalationsgerät (z.B. Pariboy)

Sole befeuchtet die Schleimhäute und löst festsitzende Sekrete. Zum Inhalieren benötigen Sie eine ca. 2%-ige Sole. Lösen Sie dazu ein bis drei gestrichene Eßlöffel Bad Salzelmener Siedesalz in 1 Liter Wasser vollständig auf. Diese Lösung geben Sie in das Inhalationsgerät und inhalieren wie gewohnt.

Auch für Nasenspülungen und als Nasenspray ist die Sole sehr gut geeignet.

#### Solebad

Solebäder fördern die Durchblutung, sind gut für die Haut und haben eine entspannende Wirkung auf Muskeln und Gelenke. Wannen- und Teilbäder (z.B. für Füße und Arme) können mit 2-25%iger Sole angewendet werden. Wenn Sie dem Wannenbad ca. 200 g Bad Salzelmener Siedesalz, etwas Öl und Milch zufügen, erhalten Sie ein pflegendes „Kleopatrabad“.

Bei Hauterkrankungen konsultieren Sie für die empfohlene Konzentration Ihren behandelnden Arzt.



**SOLEPARK**

Schönebeck/Bad Salzelmen

## **Salziges Peeling**

Für ein salziges Peeling empfehlen wir Ihnen, das grob kristalline Bad Salzelmener Siedesalz vorher zu zerkleinern, z.B. mit einem Nudelholz oder es fein zu mahlen. Geben Sie etwas hochwertiges Öl in die Hand (dort erwärmt es sich leicht) und fügen etwas Salz hinzu. Vermischen Sie beides und massieren damit sanft Ihren Körper. Hände, Füße und Ellenbogen können intensiver behandelt werden. Danach gut abspülen und die streichelzarte Haut genießen!

## **Sole-Trinkkur**

Die im Kurpark von Bad Salzelmen angebotene Trinksole hat einen Salzgehalt von ca. 1%. Die Sole wirkt reinigend und leicht abführend. Eine Sole-Trinkkur kann auf natürliche Weise zur Normalisierung einer gestörten Verdauungsfunktion beitragen. Lösen Sie zur Herstellung der Trinksole einen gestrichenen Teelöffel Bad Salzelmener Siedesalz in 1 Liter Wasser auf. Es wird empfohlen über einen Zeitraum von ca. drei Wochen täglich ein kleines Glas Sole zu trinken. Bei chronischen Erkrankungen, z.B. der Nieren, konsultieren Sie bitte vorher Ihren behandelnden Arzt.

## **Natürliches Speisesalz – für Feinschmecker**

Dieses naturbelassene Salz mit wertvollen Mineralien und Spurenelementen schmeckt ausgezeichnet und hat eine sehr gute Würzkraft. Durch seine grobe Struktur eignet es sich auch gut für die Salzmühle.

## **Soleier**

Die Eier ca. 6 min in Salzwasser kochen. Danach abschrecken und die Schale leicht anklöpfen, damit feine Risse entstehen. Nun die Eier in ein Glas oder einen Steintopf schichten und mit Sole bedecken. Zur Bereitung einer ca. 10%igen Sole lösen Sie je Liter Wasser ca. 100 g Bad Salzelmener Siedesalz. Die Eier, je nach Geschmack, ein bis drei Tage in der Sole ziehen lassen. Anschließend abspülen, abpellen und genießen!

*Salz ist unter allen Edelsteinen,  
die uns die Erde schenkt, der Kostbarste.  
Justus von Liebig*



SOLEPARK Schönebeck/Bad Salzelmen  
Badepark 1 | 39218 Schönebeck (Elbe)  
Telefon: 03928 70 55-55

Druckstand: Mai 2025

**www.solepark.de**



**SOLEPARK**  
Schönebeck/Bad Salzelmen