



IDEENWERKSTADT@HOME

Lippenbalsam:

Ergibt 25 gr: 4 EL Kokosfett
 2 EL Sheabutter
 2 EL Bienenwachs
 3-4 Tropfen Rosenöl (wenn vorhanden)

Das Kokosfett mit der Sheabutter und dem Bienenwachs in einem Topf unter ständigem Rühren schmelzen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und bei Bedarf das Rosenöl unterrühren. Den Lippenbalsam in ein Döschen füllen, glatt streichen und anschließend abkühlen lassen. Eignet sich auch hervorragend als kleines Geschenk.

Gesichtsmaske:

Zutaten für 3 Anwendungen: 50 gr frische Ananas (optional Äpfel oder Erdbeeren)
 2 EL Tonerde / Heilerde
 1 EL Joghurt
 1 EL Kokosöl
 1 TL Honig

Tipp: Tonerde kannst du in Apotheken oder online erhalten.

Zubereitung:

Ananas klein schneiden und mit dem Joghurt und dem Honig in eine Schüssel geben und pürieren. Danach die Tonerde hinzufügen und alles gut verrühren, bis sämtliche Klümpchen verschwunden sind. Das Kokosöl in einem kleinen Topf auf dem Herd schmelzen lassen, dann in die Ananas Joghurt Mischung einrühren und gut verquirlen.

Die Masse für etwa fünf Minuten in den Gefrierschrank stellen, damit sie wieder fester wird und sich anschließend besser auftragen lässt.

Die Maske auf die gereinigte Haut auftragen und 10 Minuten einziehen lassen. Dann mit lauwarmem Wasser abwaschen.

Körperpeelings:

Ergibt 125 gr: 125 gr Kokosblütenzucker (erhältlich bei Alnatura)
 1 EL Kokosfett (erwärmt und verflüssigt)
 1 EL Honig
 ¼ TL Zitronensaft
 ½ Handvoll Pfefferminzblätter, in kleine Stücke gerissen

Den Zucker in einer kleinen Schüssel mit dem Kokosfett und dem Honig verrühren. Den Zitronensaft und die Minze untermischen. In einem Schraubglas oder einem luftdicht verschlossenem Behälter ist das Peeling 2 Wochen haltbar. Die Mischung esslöffelweise auf die Haut auftragen und mit kreisenden Bewegungen leicht einmassieren. Danach abspülen.

Leinsamen- Haargel für die Lockenfreunde unter euch- super einfach!

Zutaten: 20 gr Leinsamen
 500 ml destilliertes Wasser (ansonsten auch aus dem Wasserhahn)
 ½ TL Honig
 2 EL Olivenöl

Bei Bedarf: tröpfchenweise ätherische Öle hinzufügen für den Duft (z.B. Zitronengrasöl)

Zubereitung:

Leinsamen und Wasser aufkochen lassen. Bei mittlerer Hitze weiter köcheln lassen bis sich die Konsistenz des Gemischs ändert. (->gelig) Ähnliche Konsistenz wie Eiweiß, aber nicht zu dickflüssig.

Die Leinsamen vom Wasser absieben. Achte darauf, dass das Sieb die Leinsamen auffängt, aber die Flüssigkeit durchsickern lässt. Die Flüssigkeit mit einer Schüssel auffangen. Zu der gelartigen Masse den Honig, das Olivenöl und die ätherischen Öle hinzufügen. Zur Aufbewahrung in eine Flasche abfüllen oder in Eiswürfelförmchen einfrieren. Somit bleiben sie länger haltbar. Nach der Haarwäsche das Haargel in das feuchte Haar einmassieren und dann an der Luft trocknen lassen. Bereit für das perfekte Lockenergebnis?