



MITGEMACHT: ENTSPANNENDES BADESALZ

Wegen seines Dufts ist Lavendel in der Parfümerie und Kosmetik eine geschätzte Pflanze. Wer in seinem Garten oder auf seinem Balkon Lavendel angepflanzt hat, kann ihn zur Herstellung eigener Kosmetika verwenden.

Wir zeigen euch ein einfaches Rezept für entspannendes Badesalz mit Lavendel.





MITGEMACHT: ENTSPANNENDES BADESALZ

Das braucht ihr:

- 250 g grobkörniges Salz
- 1 EL Jojobaöl
- 5 Tropfen ätherisches Lavendelöl
oder 1 TL Kokosöl
- 2 EL getrocknete Lavendelblüten



Und so geht's:

- Gebt das Salz in eine Schüssel.
- Fügt das Jojobaöl und das ätherische Lavendelöl hinzu und mischt es kräftig durch. Wenn ihr kein ätherisches Öl verwenden möchtet, könnt ihr stattdessen auch Kokosöl hinzufügen.
- Mischt den getrockneten Lavendel vorsichtig unter die Öl-Salz-Mischung.

Ist das Badesalz fertig, könnt ihr direkt ein Bad nehmen – der feine Lavendelduft sorgt für wohltuende Entspannung!

Wenn ihr das Badesalz nicht direkt verwenden oder es als Geschenk nutzen möchtet, dann bewahrt es in einem verschlossenen Gefäß an einem kühlen, dunklen und trockenen Ort auf. Das Badesalz bleibt bei passender Lagerung lange haltbar und kann viele Monate lang verwendet werden.

Hinweis: Auch wenn es in der Badewanne entspannend und gemütlich warm ist, solltet ihr nicht länger als 20 Minuten baden. Vor dem Abtrocknen solltet ihr euch noch einmal kurz mit klarem Wasser abwaschen.