Gabriele Zach
DIE BEWUSSTSEINSBILDNERIN
0043 (0) 664 40 48 348 | info@gabrielezach.at | www.gabrielezach.at

bewusst! machen - ausprobieren - zubereiten

Reinigungslotion mit Milch und Honig

REZEPT - Essbare Hautpflege

Milch Milch mag unsere Haut besonders gerne, die darin enthaltenen Fette sind unserem Hautfett nämlich sehr ähnlich.Ihre Wirkung auf unsere Haut ist regenerierend, feuchtigkeitsspendend, vitalisierend und rückfettend.

Honig Honig wurde bereits von unseren Vorfahren in der Wundheilung eingesetzt.

Zutaten:

2 EL Sauerrahm/Süßrahm
½ TL Honig

Als Peeling: ½ TL Mohn

Anwendung:

Alle Zutaten homogen verrühren und in ein Glas füllen.

Sanft im Gesicht einmassieren, eventuell kurz einwirken lassen, danach abspülen.

Idealerweise die Haut danach nur trockentupfen, ein herrliches Hautgefühl ist zu verspüren, vielleicht erspart man sich sogar die Pflegecreme danach.

Tipps:

- Diese Rezeptur kann auch für eine nährende Maske genommen werden, einfach auf die gereinigte Haut auftragen und 30 Minuten einziehen lassen, anschließend abspülen.
- Bei Zimmertemperatut beträgt die Haltbarkeit 1- 2 Tage, im Kühlschrank aufbewahrt etwa 1 Woche.
- Die runden Kügelchen des Mohns eignen sich sehr gut als Peeling, da die Oberfläche des Mohnsamens mit Wachs benetzt ist, sie peelen san und doch gründlich, ohne dabei die Haut zu verletzen.