

NATURVERBUNDEN

Rezepte, Wissenswertes, Kreatives

Geschenke selbstgemacht

Kleine Wohlfühlmomente verschenken

Die schönsten Geschenke sind die, die von Herzen kommen und was könnte persönlicher sein als etwas Selbstgemachtes? Mit ein paar einfachen Zutaten und ein wenig Zeit zauberst du im Handumdrehen wundervolle Wohlfühlgeschenke. Ich zeige dir drei meiner liebsten Rezepte, die nicht nur hübsch aussehen, sondern der beschenkten Person auch ganz besondere Wohlfühlmomente zaubern.

Viel Freude beim Nachmachen und Verschenken!

Sprudelnde Badekugeln

Zutaten für ca. 6 Badekugeln:

200 g Natron
100 g Zitronensäure
50 g Speisestärke
50 g Kokosöl oder Kakaobutter
30 Tropfen ätherisches Lavendel Öl
2-4 EL getrocknete Blüten wie Lavendel, Ringelblume
evt. Pflanzenpulver oder Lebensmittelfarbe zum färben

So geht's:

Vermische Natron, Zitronensäure und Speisestärke in einer Schüssel.

Schmelze das Kokosöl vorsichtig im Wasserbad und gib es zusammen mit dem ätherischen Öl zur Mischung. Gib die getrockneten Blumen dazu. Füge bei Bedarf Planzenpulver oder Lebensmittelfarbe bei.

Knete die Masse gut durch, bis sie leicht feucht und formbar ist. Forme Kugeln (oder drücke die Masse in Formen). Ganze Rosenblüten eignen sich sehr gut als hübsche Dekoration auf den Badekugeln. Lasse sie mehrere Stunden im Kühlschrank aushärten.

Anwendung: Pro Badewanne 2 Badekugeln in das Wasser geben

Haltbarkeit: ca. 6 Monate

Tipps

Desinfiziere alle Utensilien wie Tiegel, Schüsseln und Löffel etc. vor dem Start gründlich mit Alkohol (mindestens 40 %), um die Haltbarkeit der Produkte zu verlängern.

Beschrifte die fertigen Produkte immer mit Datum und Inhalt, damit du oder die beschenkte Person genau weißt, was enthalten ist und wie lange sie verwendbar sind.



Zimt Peeling

Zutaten für ca. 250ml

5 EL weissen Rübenzucker
5 EL natives Kokosöl
15 Tropfen ätherisches Orangen Öl
2 TL gemahlener Zimt

So geht's:

Alle Zutaten in einer Schüssel gut vermischen, in Tiegel abfüllen und beschriften.

Anwendung: Etwa 1-2 Mal pro Woche in der Dusche mit kreisenden Bewegungen sanft am ganzen Körper in die feuchte Haut einmassieren. Danach abspülen und die Haut trocken tupfen, nicht reiben. Mit Bodylotion eincremen ist danach nicht mehr nötig.

Haltbarkeit: ca. 3 Monate



Shea-Butter-Whip

Zutaten für ein Glas (ca. 150 ml):

100 g unraffinierte Shea-Butter
50 g Jojobaöl oder Mandelöl
10-15 Tropfen ätherisches Öl (z. B. Lavendel, Orange, Rose)

So geht's:

Schneide die Sheabutter in kleine Stücke und gib sie zusammen mit dem Öl in eine Schüssel. Mixe alles mit einem Pürierstab mehrere Minuten, bis eine sahnartige Konsistenz entsteht. Zum Schluss das ätherische Öl unterrühren. Die fertige Mischung in Tiegel abfüllen und beschriften.



Anwendung: Als reichhaltige Feuchtigkeitspflege nach dem Duschen, als Gesichtscreme oder Handbalsam

Haltbarkeit: ca. 3 Monate

Ich freue mich, euch am 7. und 8. Dezember auf dem Weinfelder Adventsmarkt begrüßen zu dürfen!
Schaut gerne vorbei!



Franziska Schweizer
naturraum@icloud.com
www.naturraum.me
Instagram: _naturraum_