

Slow Food Youth Fulda - Workshop Plastikfrei

Rezepte

Waschmittel

Zutaten: 1 leere Flasche für ca. 1,5 L

- 15 gr Kernseife, gerieben
- 2 EL Soda
- Zitronensäurepulver (je nach Wasserhärte)
- 1 L Wasser
- Ätherisches Öl (bei Bedarf)

Wichtig: Die Kernseife sollte eine „echte“ Kernseife sein (von von Klar oder Sonett, kosten ca. 1 Euro für 100 gr.)

Tipp: Wenn die Seife Glycerin enthält, sollte man dieses Waschmittel nicht für waschbare Windel und Babyunterwäsche verwenden.

Zubereitung: Die geraspelte Seife in einer Schüssel mit 1/3 des kochenden Wassers übergießen. 2 EL Soda dazu geben und alles mit dem Schneebesen umrühren. 1 Stunde in Ruhe lassen. Die nächsten 1/3 kochenden Wassers in die Schüssel gießen und wieder umrühren. Wenn eine kleine Prise Duft erwünscht ist, 10 Tropfen von einem ätherischen Öl dazugeben. Am nächsten Tag wieder 1/3 des Wasser kochen lassen und wieder in die Schüssel gießen und mit dem Schneebesen umrühren. Zuletzt das selbstgemachte Waschmittel mithilfe eines Trichters in die Flasche füllen.

Verwendung: 2 dl pro Waschgang verwenden. Vor der Anwendung immer gut schütteln.

Lippenbalsam

Zutaten: 3 EL Öl

- 2 EL Bienenwachs
- ätherisches Öl oder Farbe nach Bedarf

Zubereitung: Gib alle Zutaten in eine Schüssel. Jetzt das ganze einige Sekunden im Wasserbad oder der Mikrowelle erhitzen. Wenn die Masse gleichmäßig verrührt ist und keine Klümpchen mehr zu sehen sind, kannst du diese in kleine Döschen/leere Lippenstiftgehäuse abfüllen.

Badebomben

Zutaten: 200 g Natron

- 100 g Zitronensäurepulver
- 30 ml Pflanzenöl
- 50 g Speisestärke
- 5-7 Tropfen ätherisches Öl
- 1 TL Wasser
- Lebensmittelfarbe
- Deko wie getrocknete Blüten und Kräuter, z.B. Rosen, Lavendel, etc.

Zubereitung: Natron und Stärke in einer Schüssel vermengen. Pflanzenöl, ätherische Öle und Wasser hinzugeben und mit den Händen zu einem Teig verkneten. Zitronensäure hinzufügen und nochmals gut durchkneten. Die Masse portionieren – je nachdem, wie viele Farben du verwenden möchtest. Jeweils eine Lebensmittelfarbe in eine Portion der Masse geben und gut verkneten. Verwende bei flüssigen Farben jedoch nur wenige Tropfen und rühre sie schnell unter, weil sonst die Reaktion zwischen Natron und Zitronensäure schon vorzeitig einsetzen könnte! Bei Bedarf noch die Deko hinzufügen und mit den Händen Kügelchen formen... Die Kügelchen mehrere Tage bei Zimmertemperatur aushärten lassen oder für ca. fünf Stunden in den Kühlschrank legen, damit sie fest werden. Die fertigen Kügelchen trocken und luftdicht lagern.

WC Tabs

Zutaten: 300g Natron

- 90g Zitronensäurepulver
- 30 Tropfen Ätherisches Öl
- Wasser in einer Sprühflasche

Zubereitung: Backsoda und Zitronensäurepulver in einer Schüssel mit Hilfe eines Schneebesens vermischen und Klümpchen zerrühren. (Geht auch von Hand, dann aber bitte Gummihandschuhe anziehen.) Ätherisches Öl dazugeben und vermischen. Dann mit einer Sprühflasche sehr zähhaft so lange Wassernebel darüber sprühen und vermischen, bis es sich wie feuchter Sand anfühlt, in dem der Löffel Abdrücke hinterlässt. In Eiswürfelformen oder ein Mini-Muffinblech füllen und andrücken. Alternativ mit einem Löffel kleine „Häufchen“ auf eine Unterlage geben. (Löffel füllen und am Schüsselrand entlang nach oben abziehen – so ist der Inhalt komprimiert genug, um auf die Unterlage gestürzt zu werden.) Über Nacht trocknen lassen und dann herauslösen. In ein verschließbares Gefäß geben und im Bad aufbewahren.

Kaffee-Zucker-Peeling

Zutaten: 1 Tasse Kaffeesatz (trocken)

- ½ Tasse brauner Zucker
- ½ TL Mandelöl*
- 10-15 Tropfen ätherisches Orangenöl*

Zubereitung: Kaffeesatz und Zucker in Tassen abmessen, mit Mandelöl und ätherischem Orangenöl in eine Schüssel geben. Anschließend alles mit einem Löffel durchmischen, bis sich die Zutaten einheitlich vermengt haben. Das Peeling luftdicht in einem Glas aufbewahren und innerhalb von 2-4 Wochen aufbrauchen.

Hinweis zu den Mengenangaben: Bei den Zutaten gilt als grobe Faustformel 1 Teil Zucker auf 2 Teile Kaffee. Das pflegende Mandelöl wird dann an die Tassengröße angepasst, die Mischung sollte insgesamt eher trocken als zu ölig sein. Zuletzt einige Tropfen ätherisches Orangenöl zugeben, bis euch die frische fruchtige Duftnote gefällt.

Anwendung: Eine kleine Kugel Kaffee-Zucker-Peeling auf die feuchte Haut auftragen und in kreisenden Bewegungen verteilen, um trockene Hautschuppen zu entfernen. Anschließend die Reste des Peeling in der Dusche abspülen.