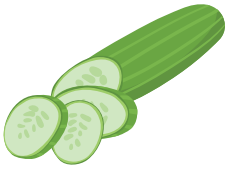


DIE GURKE

„DIY-Kosmetik“ - Gurken-Kamillen-Tonikum

ANWENDUNG

Die Gurke wirkt auf Grund ihres hohen Wasseranteils kühlend und ist ein perfekter Feuchtigkeitsspender. Sie wirkt gemeinsam mit der Kamille beruhigend. Dies ist gerade im Sommer nach einem Sonnenbad besonders erfrischend. Die Kombination beruhigt auch die Haut bei Unreinheiten. Das Tonikum kann ebenso auf die Kopfhaut aufgetragen werden und wirkt entspannend.

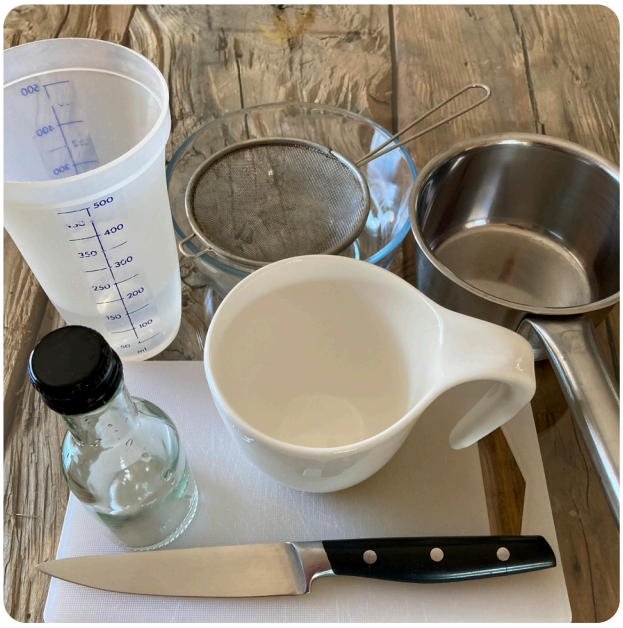
Einen Frischekick für dein Gesicht und deine Augenpartie erfährst du, indem du das Gurken-Kamillen-Tonikum mit einem Wattepad auftupfst.

Du kannst es aber auch in eine kleine Sprühflasche füllen und nach dem Sport dein Gesicht und deinen Oberkörper perfekt erfrischen.

1 VORBEREITUNG

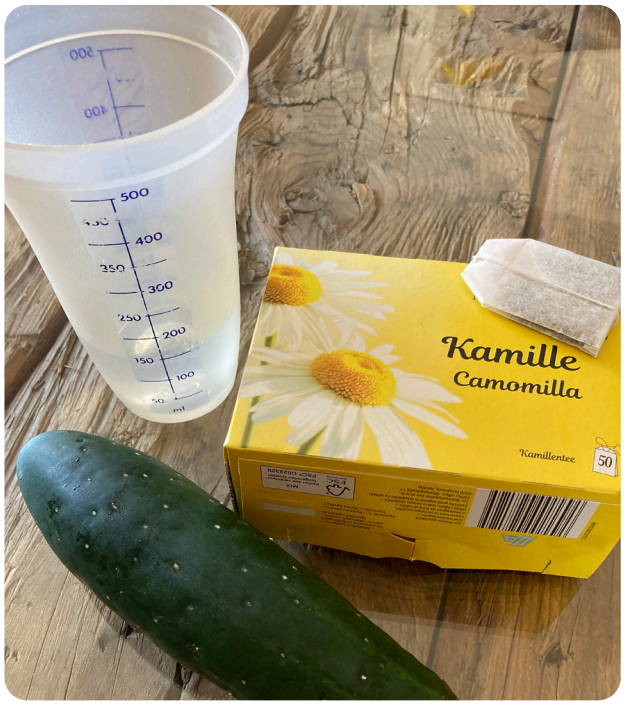
Du benötigst diese Arbeitsgegenstände:

- Litermaß
- Sieb
- kleine Schüssel
- kleinen Topf
- Schneidebrett
- Messer
- kleine Flasche



Du brauchst folgende Zutaten:

- 150 ml destilliertes Wasser für die Tee-Zubereitung
- 1 Kamillen-Teebeutel
- ½ Gurke
- ca. 100 ml destilliertes Wasser zum Aufkochen der Gurke



Tipp: Verwende für deine selbstgemachte Kosmetik am besten destilliertes Wasser. Dieses ist frei von Mineralstoffen und Kalk. Leitungswasser kann zu ungewollten Reaktionen führen, z.B. zu Trübungen. Auch die Haltbarkeit kann mit destilliertem Wasser verlängert werden.

Triff die ersten Vorbereitungen:

Wasche deine Hände gründlich und achte generell auf die Sauberkeit und Hygiene bei der Verarbeitung deiner Produkte. Miss das destillierte Wasser ab und wasche die Gurke gründlich. Stelle alle deine Arbeitsgeräte bereit – los geht´s!

2 ZUBEREITUNG

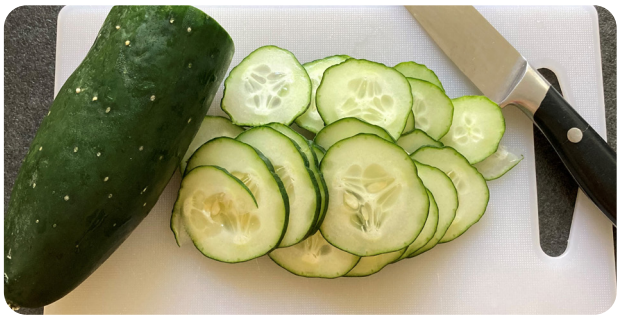
SCHRITT 1:

Bring 150 ml destilliertes Wasser zum Kochen und gieße den Kamillen-Teebeutel damit auf. Sei bitte vorsichtig im Umgang mit dem heißen Wasser!

Lass den Kamillentee 10 Minuten ziehen.

SCHRITT 2:

Schneide in der Zwischenzeit die Hälfte der gewaschenen Gurke in feine Scheiben.
Verwende unbedingt die Schale mit, um alle Inhaltsstoffe der Gurke gut auszunützen.



SCHRITT 3:

Gib die Gurkenscheiben in einen Topf und begieße diese mit destilliertem Wasser, bis sie bedeckt sind. Du benötigst dafür ca. 150 ml. Lasse sie im Anschluss einmal aufkochen und danach abkühlen . Dies nimmt ca. 30 Minuten in Anspruch, die Inhaltsstoffe der Gurke werden bei diesem Schritt gut ausgelaugt.

SCHRITT 4:

Seihe danach das Gurkenwasser durch ein Sieb ab und vermische es mit dem überkühlten Kamillentee.

Wenn du eine trockene Haut hast, kannst du auch ein paar Tropfen Olivenöl oder Mandelöl dazu mischen.

SCHRITT 5:

Fülle das Tonikum mit Hilfe eines Trichters oder eines Schnabelgefäßes in die vorbereitete Flasche. Bedenke, dass die Flasche ganz sauber sein muss!

Im Kühlschrank ist das Tonikum ca. 14 Tage haltbar. Du kannst das Gurken-Kamillen-Tonikum auch als Geschenk verwenden.

Viel Spaß bei der Umsetzung und viel Entspannung bei der Anwendung!