

Hitzenberger Veronika  
Art of Beauty

Filiale: Neue Adresse  
Dr.-Salzmännstr. 8-10  
A-4600 Wels

Tel=Fax 07242/57226  
Handy: 0676/4137537

Büro:  
Trauseneggerdamm 20  
A-4600 Wels



- \* Kosmetische Rohstoffe zum Selberrmachen
- \* Hobbythek-Produktanbieter
- \* Naturprodukte
- \* Workshops

UID-Nr.: ATU 40889302

veronika@art-of-beauty.at  
www.art-of-beauty.at

## Weitere Kosmetikrezepte und Herstellungstipps

Es kommt bei der Kosmetikherstellung manchmal vor, das die Pflegeprodukte einfach nicht so werden, wie sie sollen. Hier die häufigsten Problemfälle:

### “CREMERETTUNG”

Mögliche Fehler bei der Cremezubereitung:

- \* Wenn die Creme/Lotion nicht glatt ist, sondern Klümpchen aufweist

- *Mögliche Fehler:*

- a) Die Temperatur war zu niedrig, d. h. Fett- und Wasserphase waren bei der Bindung zu kalt.

- *Fehlerbehebung:*

Die ganze Creme im Wasserbad erwärmen bis alles glatt ist und sich gut verbindet, danach mehrmals gut schütteln und wieder abkühlen lassen.

- \* Wenn die Creme/Lotion Wasser oder Öl absetzt und sich die Creme nicht richtig verbindet

- *Mögliche Fehler:*

- a) es wurde nicht richtig abgewogen
- b) der eingesetzte Emulgator reicht nicht aus um die Emulsion zu binden

- *Fehlerbehebung:*

Sie können versuchen in die kalte Creme etwas Fluidlecithin Super ( 1 Meßl. oder mehr) hinzugeben und kräftig durchrühren. Sollte es sich nicht bessern, so muß die ganze Creme im Wasserbad erwärmt werden, dann kann sich der zugesetzte Emulgator besser verbinden.

- \* Die Creme ist zu flüssig

- *Mögliche Fehler*

- a) Der Wasseranteil ist falsch abgewogen
- b) es wurden zu viele flüssige Wirkstoffe eingesetzt
- c) Salz und Harnstoff verflüssigen eine Creme

- *Fehlerbehebung:*

Die ganze Creme nochmals im Wasserbad erwärmen und einige Gramm eines Konsistenzgebers (Bienenwachs, Walratersatz, Sheabutter) usw. in der warmen Creme schmelzen, danach mehrmals gut schütteln und wieder abkühlen lassen.

Beachte: Nicht jede Creme ist vom Rezept her stichfest. Rezepte mit Bienenwachs sind immer fester, als Rezepte z. B. mit Sheabutter.

- \* Die Creme zerfällt erst nach ein paar Tagen oder Wochen

- *Mögliche Fehler:*

- a) die Creme steht zu warm (kann im Sommer öfters vorkommen). Sie müssen bedenken, eine Naturcreme ist wesentlich mehr wärmeempfindlich als eine chemische Creme (hier halten chem. Stabilisatoren die Creme bei jeder Temperatur zusammen)
- b) Emulgator reicht nicht aus um die Creme dauerhaft zu binden

- *Fehlerbehebung:*

In die kalte Creme etwas Fluidlecithin Super (ca. 1 Meßl. oder mehr) hinzugeben und mehrmals sehr kräftig schütteln, danach für ca. 10 Min. ins Gefrierfach geben, und danach die Creme möglichst kühler aufbewahren.

- \* Bei der Herstellung von Gelen kommt es öfters vor, das sich Klümpchen bilden

- *Mögliche Fehler:*

- a) der Gelbildner wurde zu langsam eingerührt
- b) es wurde bei der Herstellung zu wenig gerührt

- *Fehlerbehebung:*

Man kann den Gelbildner in Alkohol oder Öl (bei Duschgel, usw) vorlösen. Vermengen Sie einfach 1 Meßl. Gelbildner entweder mit 2 Meßl. Alkohol (bei Augengel) oder Öl (bei Duschgel). Oder man erwärmt die Flüssigkeit (im Wasserbad), die gebunden werden soll. Wichtig ist auch das Gele schöner werden, wenn man Sie schüttelt als rührt.

- \* Es hat sich Schimmel bei Ihrem Pflegeprodukt gebildet

- *Mögliche Fehler:*

- a) es wurde nicht sauber genug bei der Herstellung gearbeitet
- b) die Aufbewahrung war nicht ideal (Badezimmer)
- c) es wurde keine Konservierung eingearbeitet
- d) beim Herausnehmen wurden Keime eingebracht

- *Fehlerbehebung:*

Ist eine Creme schimmelig kann sie nicht mehr verwendet werden.

Wie können Sie dies vermeiden! Sie können ein Konservierungsmittel, wie Paraben K, Heliozint oder Biokons einbringen. Ebenso 5 % alkoholischen Extrakt. Es geht auch ohne Konservierung. Füllen Sie die Cremes in mehrer kleine Cremedosen. Eins lassen Sie heraußen, die anderen lagern im Kühlschrank. Bei größeren Mengen können sie die Cremes auch portionsweise einfrieren (schadet der Creme nicht)

# REZEPTE mit den neuen Rohstoffen

## Rosenblüten-Creme

- \* besonders softige Creme für die reife Haut
- \* Marulaöl und Kakaobutter machen ein unvergleichlich weiches Hautgefühl
- \* Rosenblütenöl und Granatapfelkernöl wirken straffend und faltenreduzierend

Rosenblüten-Creme 50 g

Fettphase a)  
3 g Emulsan  
5 g Kakaobutter  
3 g Marulaöl  
6 g Rosenblütenöl (Mazerat)

Wasserphase b)  
30 g Rosenblütenwasser

Wirkstoffphase c)  
1/2 Meßl. Granatapfelkernöl  
2 Tr. äth. Rosenöl  
ev. 8 Tr. Paraben K, Heliozint od. BioKons (Konservierer)

## Aprikosenpflege-Creme

- \* für empfindliche, normale Haut und Kinderhaut
- \* ausgewogene Öle verwöhnen Sie

Aprikosenpflege-Creme 50 g

Fettphase a)  
3 g Emulsan  
2 g Sheabutter  
2 g Ceralan  
4 g Babassuöl  
4 g Calendulaöl (Ringelblume)  
6 g Aprikosenkernöl Bio

Wasserphase b)  
20 g Melissenwasser  
ev. 1/2 Meßl. Rosenquarzpulver

Wirkstoffphase c)  
1 Meßl. Feuchtigkeitsfaktor  
ev. 5 Tr. äth. Öl od. Parfumöl  
ev. 8 Tr. Paraben K, Heliozint od. BioKons (Konservierer)

## Lavendel-Hand-Creme

- \* für trockene, rissige und raue Haut an Händen, Füßen, Ellenbogen, usw.
- \* wundheilend bei kleinen Verletzungen

Lavendel-Hand-Creme 75 g

Fettphase a)  
4 g Emulsan  
2 g Bienenwachs  
2 g Cetylalkohol  
5 g Camelliaöl  
15 g Neutralöl

Wasserphase b)  
40 g Lavendelwasser

Wirkstoffphase c)  
1 Meßl. Holundersamenöl  
1 Meßl. Aloe Vera Gel  
ev. 4 Tr. äth. Kamille marok. blau und 15 Tr. Wildlavendelöl  
ev. 8 Tr. Paraben K, Heliozint od. BioKons (Konservierer)

## Monoi-Körpersahne

- \* ein Dufterlebnis der besonderen Art, Monoiöl hat einen wunderbaren Duft
- \* Perlenpulver hinterläßt ein seidiges Hautgefühl

Monoi-Körpersahne 100 g

Fettphase a)  
5 g Tegomuls  
15 g Monoiöl Tiare oder Monoiöl Frangipani

Wasserphase b)  
80 g Quellwasser, wenn nicht verfügbar dest. Wasser  
1 Meßl. Perlenpulver

Wirkstoffphase c)  
ev. 8 Tr. Paraben K, Heliozint od. BioKons (Konservierer)

## Olivenöl-Pflege-Creme

- \* besonders gut geeignet bei trockener, schuppiger, reifer oder rissiger Haut - auch gute Handcreme
- \* die abgestimmten Rohstoffe ergeben einen angenehmen Duft

Olivenöl-Pflege-Creme 50 g

Fettphase a)  
5 g Lanolin anhydrid  
5 g Sheabutter  
2 g Bienenwachs  
10 g Squalan  
10 g Olivenöl (mild)

1 Meßl. weiße oder grüne Tonerde + 1/2 Meßl. Xanthan  
die beiden Stoffe in die geschmolzene Fettphase einrühren

Wasserphase b)  
25 g Orangenblütenwasser

Wirkstoffphase c)  
2 Meßl. Olivenextrakt  
1 Meßl. Aloe Vera Gel  
ev. 5 Tr. äth. Öl (z. B. Grapefruitöl) od. Parfumöl  
ev. 8 Tr. Paraben K, Heliozint od. BioKons (Konservierer)

## Olivenblätter-Tonicum 100 ml

- \* mildes, erfrischendes Tonicum
- \* klärt und verfeinert die Poren
- \* nach der Reinigung auf Gesicht, Hals, Dekolleté

50 ml Orangenblütenwasser  
30 ml Aloe Vera Gel  
10 ml Oliven(blatt)extrakt  
1 Meßl. flüssiger Honig  
10 Tr. Granatapfelkernöl

Alle Zutaten miteinander mischen, Fertig!

## Babassuölcreme für Mischhaut

- \* ausgleichende Creme für Mischhaut

Babassuöl -Creme 50 g

Fettphase a)  
2 g Tegomuls  
1 g Sheabutter  
1 g Ceralan  
4 g Babassuöl  
4 g Chaulmoograöl

Wasserphase b)  
30 g Hamameliswasser

Wirkstoffphase c)  
1 Meßl. Lapachoextrakt  
1 Meßl. Stiefmütterchenextrakt  
ev. 5 Tr. äth. Öl od. Parfumöl

# Sonstige REZEPTUREN

## Olivenöl-Wundschutzbalsam 50 g für Babys und Kleinkinder

- \* idealer Schutz im Windelbereich
- \* Zinkpaste, Olivenöl und grüner Tee bilden einen Nässeschutz und wirken entzündungshemmend

30 g Zinkpaste  
15 g Olivenöl  
5 g grüne Tonerde  
15 Tr. äth. Lavendelöl

*Eigenrezept*

In die Zimmerwarme Zinkpaste rühren Sie die weiteren Zutaten ein.

## Kräuter-Baby-Puder 120 g

- \* Dieser Kräuter-Baby-Puder nimmt überschüssige Feuchtigkeit auf und verhindert somit den Windelausschlag. Die Ringelblume hat zudem pilzhemmende Wirkung, das Lavendelöl beruhigt

15 g Ringelblumenpulver  
100 g Pfeilwurzelmehl

*Eigenrezept*

2 Meßl. Calendulaöl (Ringelblumenöl)  
20 Tr. äth. Lavendelöl

Die pulvrigen Substanzen in ein Schüttelbehälter geben, Calendulaöl und Lavendelöl daraufträufeln und gut durchschütteln.

## Duftender Körperpuder

- \* Körperpuder eignen sich gut bei starker Schweißabsonderung, sowie bei Wundsein und Hautunreinheiten.

50 g Pfeilwurzelmehl  
10 g Bolus Alba (weißer Lehm)  
1 Meßl. Perlenspulver  
20 Tr. äth. Ölmischung z. B. VerwöhnDich

*Eigenrezept*

Die pulvrigen Substanzen in ein Schüttelbehälter geben, und das Dutöl daraufträufeln und gut durchschütteln.

## Ayurvedische Busenpflege

- \* diese Rezeptur aus Ganataschalenmehl und Senfölen dient zur Straffung des Brustgewebes und regt den Stoffwechsel und die Durchblutung der Busenhaut an.

25 g Granatapfelschalenmehl  
25 g Algenmehl  
2 - 4 Meßl. Senfölen

*Eigenrezept*

Granatapfelschalenmehl und Algenmehl werden mit soviel lauwarmen Wasser angerührt, das eine homogene Masse entsteht. Zuletzt das Senfölen beigeben. Diesen Brei als Maske für 20 bis 30 Min. auftragen. Zum Schluß mit der angetrockneten Masse noch ein Peeling durchführen und mit viel lauwarmen Wasser wieder abwaschen.

## Niemrebellent bei Mücken 50 g

Fettphase a)  
40 g Kokosöl  
2 g Niemöl  
5 g Bienenwachs

Wirkstoffe c)  
20 Tr. äth. Lavendelöl  
10 Tr. Tomatengrünöl

Die Zutaten der Fettphase schmelzen und zuletzt die Wirkstoffe hinzugeben.

## Sonnenschutzmilch 100 ml Faktor 12 - 15 für trockene Haut

Fettphase a)  
5 g Emulsan  
5 g Sheabutter oder Mangobutter  
5 g Kakaobutter oder Cupuacubutter  
5 g Kokosöl  
5 g Kukuinußöl  
5 g Sesamöl  
3 Meßl. SofiTix Paste

*Eigenrezept*

1 Meßl. Vitamin-E-Acetat

Wasserphase b)  
50 ml/g dest. Wasser  
25 ml/g Aloe Vera Gel

Wirkstoffe c)  
1/2 Meßl. Alpha-Bisabolol  
2 Meßl. Roßkastanienextrakt  
ev. 10 Tr. Karottenöl od. Sanddornöl (tönend)  
ev. 12 Tr. Paraben, Heliozint od. BioKons (Konservierung)

Tipp: Wenn Sie einen Schutzfaktor von 10 möchten, verwenden Sie nur 2 Meßl. SofiTix Paste

## Sonnenschutzmilch Faktor 12 - 15 für normale bis fettige Haut

Fettphase a)  
5 g Tegomuls  
5 g Monoiöl  
10 g Pflanzenöl wie Jojoba, Avellana, Kukuinuß, od. Macadamianußöl  
3 Meßl. SofiTix Paste

*Eigenrezept*

1 Meßl. Vitamin-E-Acetat

Wasserphase b)  
60 ml/g dest. Wasser  
20 ml/g Aloe Vera Gel

Wirkstoffe c)  
1 Meßl. Glycerin od. Feuchtigkeitsfaktor  
2 Meßl. Calendulaextrakt  
ev. 12 Tr. Paraben, Heliozint od. BioKons (Konservierung)

Tipp: Wenn Sie einen Schutzfaktor von 10 möchten, verwenden Sie nur 2 Meßl. SofiTix Paste

## Sonnenschutzöl 100 ml Faktor 8/9 einfaches Rezept: gut geeignet für trockene Haut

20 ml Avellanaöl  
20 ml Kukuinußöl  
10 g Cupuacubutter  
2 Meßl. Vitamin E  
50 ml Jojobaöl

*Eigenrezept*

Die leicht erwärmte Cupuacubutter vermischen Sie mit den Ölen, Vitamin E dazu. Fertig.

## Sonnenschutzöl Faktor 15

Rezept wie oben  
+ 2 Meßl. SofiTix Paste

Die Paste leicht erwärmen und zum obigen Ölgemisch geben!

# Sonstige REZEPTUREN

## Nachtkerzenölcreme 15 ml bei trockener Haut mit der Cremebasis Cremaba

4 Meßl. Cremaba  
1 Meßl. Nachtkerzenöl  
1/2 Meßl. D-Panthenol  
1/2 Meßl. Vitamin-E natürlich

Alle Zutaten einfach umrühren, Fertig!

## Andirobaölcreme 15 ml bei Mischhaut mit der Cremebasis Cremaba

4 Meßl. Cremaba  
1 Meßl. Andirobaöl  
1 Meßl. Kapuzinerkresseextrakt

Alle Zutaten einfach umrühren, Fertig!

## Calophyllumcreme 15 ml bei Mischhaut mit der Cremebasis Cremaba

4 Meßl. Cremaba  
1 Meßl. Calophyllumöl  
1 Meßl. Gurkenextrakt

Alle Zutaten einfach umrühren, Fertig!

## Pflegecreme mit Sheabutter 20 g

4 Meßl. Sheabutter  
1 Meßl. Nachtkerzenöl  
1 Meßl. Arganöl  
1/2 Meßl. Vitamin E natürlich

Sheabutter leicht erwärmen, die Zutaten mit dem Meßlöffel abmessen und in eine Cremedose füllen.

## Gesichtsöl mit Coenzym 10 ml

1 Meßl. Mandelöl  
2 Meßl. Macadamianußöl  
1/2 Meßl. Vitamin-E natürlich  
1 Kapsel (Inhalt) Coenzym Q10

Alle Zutaten mit dem Meßlöffel abmessen und in eine 10 ml (Apotheker)Flasche geben.

## Feuchtigkeitsöl 10 ml

1 Meßl. Aprikosenkernöl  
1 Meßl. Monoöl  
1 Meßl. Aloe Vera Öl  
1/2 Meßl. Vitamin E natürlich

Alle Zutaten mit dem Meßlöffel abmessen und in eine 10 ml (Apotheker)Flasche geben.

## Augenpflegeöl 10 ml

1 Meßl. Hagebuttenöl  
1 Meßl. Macadamianußöl  
1 Meßl. Nachtkerzenöl  
1/2 Meßl. Vitamin-E natürlich  
10 Tr. Vitamin-A-Palmitat

Alle Zutaten mit dem Meßlöffel abmessen und in eine 10 ml (Apotheker)Flasche geben.

Anwendung: Einige Tropfen davon sanft um die Augenpartien einklopfen.

## Neurodermitiscreme

\* die gut bewährte Nachtkerzenölcreme wurde abgewandelt, damit sie noch effektiver bei Neurodermitis ist

Neurodermitis-Creme ca. 50 g

Fettphase a)  
4 g Lamecreme  
4 g Kakaobutter  
4 g Nachtkerzenöl  
4 g Camelliaöl  
4 g Sojaöl Bio

*Eigenrezept*

Wasserphase b)  
30 g Hamameliswasser

Wirkstoffphase c)  
1 Meßl. Johannisbeersamenöl  
1 Meßl. D-Panthenol

TIPP: bei reifer Haut kann noch 1 Msp. Hyaluronsäure (zuvor mit etwas Hamameliswasser gelöst) dazugegeben werden.

## Arnika-Shampoo 250 ml bei schuppigem Haar und trockener Kopfhaut und Ekzembildung

200 ml Shampoobasis  
10 ml Arnikaextrakt  
10 ml Chaulmoograöl  
2 Meßl. Feuchtigkeitsfaktor  
ev. 10 Tr. äth. Lavendelöl  
ev. 2-4 Meßl. Rewoderm (Verdicker)

*Eigenrezept*

Alle Zutaten miteinander mischen.

## Badesalz mit Ölanteil 500 g bei Neurodermitis

500 g Salz vom toten Meer  
20 m Nachtkerzenöl  
2 Tr. Manuka  
2 Tr. Teebaumöl  
2 Tr. Palmarosaöl

Alle Zutaten werden gemischt und abgefüllt.

Für ein Vollbad ca. 200 - 250 g Meersalz verwenden.

## Universelles Quittengel

Aus dem Schleim der Quittensamen läßt sich ein vielseitiges Gel herstellen, das man bei trockenen Hautstellen unter der Creme auftragen kann, als Augengel, als Haargel, und als Wirkstoff gut einsetzen kann.

Die Schleimstoffe zeichnen sich durch besondere Hautverträglichkeit aus, sind reizmildernd und entzündungshemmend. Zusätzlich reguliert de Quittenschleim den natürlichen Feuchtigkeitsgehalt der Haut

1 guter Teelöffel Quittensamen wird in 250 ml Wasser mehrere Stunden eingeweicht und danach einmal aufgekocht. Damit sich die Schleimstoffe von den Schalenrückständen trennen, wird das ganze durch ein Sieb gestrichen. Diese Masse hält im Kühlschrank mehrere Wochen.

# Eingesandte Kundenrezepte

## Gesichtspflege-Lotion (Fr. Tolic, Linz)

Für alle Hauttypen - vor allem für trockene, geschädigte Haut, die noch zu Unreinheiten neigt.

15 ml Fluidlecithin Super  
1 geh. Meßl. Sheabutter  
mit Avocadoöl, Jojobaöl und Macadamianußöl Mischung auf 50 ml auffüllen

vorsichtig erwärmen, bis die Sheabutter schmilzt, mit

40 ml Himalyasalz-Sole  
20 ml Immortellenwasser mischen und kräftig schütteln, anschließend die

Wirkstoffe

20 Tr. Aloe Vera 10-fach  
10 Tr. äth. Sandelholz echt  
3 Tr. äth. Rosenöl  
3 Tr. äth. Neroliöl (Orangenblütenöl)  
20 Tr. D-Panthenol  
ev. 10 Tr. Heliozimt

hinzufügen und nochmals schütteln.

## T-Zone Gel (Fr. Tolic, Linz)

40 ml Aloe Vera Saft(Gel)  
1/2 Meßl. Xanthan  
10 ml Glycerin  
10 Tr. Grapefruitkernextrakt  
5 Tr. äth. Teebaumöl  
2 Tr. äth. Benzoeöl

Aloe Vera mit Xanthan andicken und die restlichen Zutaten beifügen.

## Haarspitzen und Langhaarpflege Lotion (Fr. Tolic, Linz)

10 ml D-Panthenol  
40 ml Glycerin  
20 ml Aloe Vera Saft (Gel)  
30 ml Rosenwasser (oder and. Hydrolat)

Alle Zutaten in eine Sprühflasche geben und gut schütteln.  
Diese Pflege entweder ins trockene oder frottierte Haar sprühen und mit den Händen gut "durchkneten"

## Handcreme 50 g für angegriffene raue Hände (Fr. Hengster, Herzogenburg)

Diese Handcreme zieht rasch ein und hinterlässt keinen schmierigen Film.

Fettphase a)  
3 g Emulsan  
2 g Bienenwachs  
3 g Mangobutter  
6 g Aprikosenkernöl (Bio)  
4 g Kokosöl (Bio)

Wasserphase b)  
30 g Rosenwasser

Wirkstoffphase c)  
1 Meßl. D-Panthenol  
2 Tr. äth. Kamillenöl wild

Zubereitung: Emulsan, Bienenwachs und Mangobutter im Wasserbad schmelzen und dort gleichzeitig in einem zweiten Gefäß das Rosenwasser erwärmen. Beide Phasen mischen und gut schütteln. Inzwischen das Aprikosenkernöl und Kokosöl leicht erwärmen und zur Mischung geben, bevor diese fest wird. Wenn die Mischung Körpertemperatur hat, die

## Narbensalbe 50 g (Fr. Mag. Lechner, Krenglbach)

Fettphase a)  
20 g Hagebuttenöl  
3 g Jojobaöl  
3 g Arnikaöl  
3 g Leinöl  
5 g Sheabutter  
5 g Bienenwachs

Wirkstoffe c)

1 Meßl. Sanikelextrakt  
1 Meßl. D-Panthenol  
1 ml Immortellenöl (ca. 15 Tr.)

Zubereitung: Die Zutaten der Fettphase im Wasserbad schmelzen, etwas abkühlen lassen und die Wirkstoffe zugeben.

## Tigerbalsam weiß 50 g (Fr. Mag. Lechner, Krenglbach)

Bei Kopfweh auf die Schläfen streichen, bei Schnupfen unter die Nase reiben. !!Nicht in die Augen und auf offene Stellen bringen!!

Fettphase a)  
25 g Bienenwachs mit  
25 g Sojaöl (oder anderem Öl)

Wirkstoffphase c)  
10 g äth. Pfefferminzöl  
20 g äth. Kampferöl  
15 g äth. Eucalyptusöl citriodora  
5 g äth. Cajeputöl

(bei den angegebenen äth. Ölmengen handelt es sich um keinen Tippfehler)

Zubereitung: Bienenwachs und Öl im Wasserbad schmelzen. Alle äth. Öle zusammen leicht erwärmen und unter stetigem Rühren in die Fettphase geben. Fertigen Tigerbalsam in kleine Döschen abfüllen und kühlstellen!

## Tigerbalsam braun 50 g (Fr. Mag. Lechner, Krenglbach)

Bei Prellungen, Schwellungen, Problemen mit den Gelenken und Gicht. !!Nicht in die Augen und auf offene Stellen bringen!!

Fettphase a)  
25 g Bienenwachs mit  
23 g Jojobaöl (oder anderem Öl)

Wirkstoffphase c)  
10 g Menthol in etwas Alkohol lösen  
10 g äth. Pfefferminzöl  
20 g äth. Kampferöl  
5 g äth. Zimtblütenöl  
5 g äth. Nelkenblütenöl  
7 g äth. Cajeputöl

(bei den angegebenen äth. Ölmengen handelt es sich um keinen Tippfehler)

Zubereitung: wie Tigerbalsam weiß

## Gesichtsbalsam 50 ml für juckende, zu Ekzemen neigende Haut (Fr. Stumbauer, Reichenthal)

15 ml Jojobaöl  
15 ml Mandelöl  
15 ml Sheabutter (leicht erwärmen)  
2 ml Nachtkerzenöl  
1 Tr. Sanddornöl  
1 Tr. äth. Cistrosenöl  
1 Tr. äth. Sandelholzöl echt  
1 Tr. äth. Rosenöl bulgarisch  
1 Tr. äth. Benzoeöl Siam

Sheabutter leicht erwärmen bis sie flüssig ist und mit den Pflanzenölen mischen. Anschließend die äth. Öle einarbeiten.

## Karotten & Ringelblumen Bodylotion (Fr. Lettner, Klam)

für dieses Rezept brauchen Sie keine Waage, da alles in Meßl. und ml angegeben wurde

Fettphase a)  
25 ml Ringelblumenöl (Calendula)  
5 ml Distelöl  
3 Meßl. Emulsan  
2 Meßl. Sheabutter

Wasserphase b)  
50 ml Ringelblumenauszug od. Hydrolat

Wirkstoffphase c)  
1 Meßl. Karottenöl  
1/2 Meßl. Lipoderminkonzentrat  
1/2 Meßl. Ringelblumenextrakt (Calendula)  
ev. Paraben K (ca. 15 Tr.)  
ev. äth. Öl (ca. 5-10 Tr.)

Zubereitung: Die Zutaten der Fettphase im Wasserbad schmelzen, ebenfalls die Wasserphase erwärmen. Beide Phasen mischen und kräftig schütteln oder rühren. Anschließend in die körperwarme Creme die Wirkstoffe einarbeiten.

## Pfefferminzcreme (Fr. Lettner, Klam)

hierfür ist wieder keine Waage notwendig, die Creme ist kühlend und erfrischend gerade an heißen Sommertagen!

Fettphase a)  
15 ml Distelöl  
15 ml Mandelöl  
1 Meßl. Emulsan  
3 Meßl. Bienenwachs  
3 Meßl. Kakaobutter

Wasserphase b)  
40 ml Pfefferminzwasser

Wirkstoffphase c)  
1/2 Meßl. D-Panthenol  
1/2 Meßl. Aloe Vera 10-fach  
ca. 10 Tr. äth. Pfefferminzöl

Zubereitung: siehe oben

## Shampoo- & Duschgelbasis 100 ml (Fr. Janach, Villach)

30 ml dest. Wasser  
50 ml Facetensid (od. ein anderes Tensid)  
4 ml Mandelöl (oder anderes Pflanzenöl)  
2 ml Kalweg (Zitronensaftkonzentrat)  
10 ml Rewoderm (Verdicker)  
4 g Harnstoff  
2 ml Aloe Vera Gel (nur beim Duschgel)  
2 ml D-Panthenol

Dest. Wasser und Tensid mischen. Harnstoff in Aloe Vera lösen, D-Panthenol, Kalweg und Öl hinzufügen und gut verrühren. Jetzt langsam das Rewoderm hinzugeben und immer wieder gut verrühren. Das Rewoderm benötigt einige Zeit zum Eindicken, daher nicht ungeduldig werden.

## Poposalbe für Kinder ca. 70 g (Fr. Janach, Villach)

50 g Eucerin  
10 ml Aloe Vera Gel  
2 g Harnstoff  
8 ml Mandelöl  
1 ml Grapefruitkernextrakt  
20 Tr. äth. Teebaumöl

Harnstoff in Aloe Vera Gel auflösen dann diese Mischung unter das Eucerin mischen. Anschließend die restlichen Zutaten hinzufügen.

# REZEPTE - Körperbutter - ideal auch zum Verschenken!

Habe die Körperbutter bei Firmen wie Lush, Grüne Erde und Bodyshop gesehen - zu einem stolzen Preis. Die Körperbutter kann man mit wenigen Zutaten selbst herstellen und das in vielen Variationen. Polynesische Frauen pflegten sich schon immer mit Kakao- und Sheabutter und haben eine wundervoll geschmeidige Haut. Gerade in der kalten Zeit ist die Haut trockener und feuchtigkeitsärmer als sonst - die Körperbutter über die Haut gleiten lassen und dann sanft

verreiben. Hervorragend für jede Haut geeignet. Streichelweiche Pflege für Frauen, Männer, Kinder und Babys. Nach dem Baden oder Duschen oder einfach für zwischendurch - auch geeignet für raue Körperstellen wie Ellenbogen und Hände. Noch prickelnd wenn Sie aus dem Kühlschrank kommt, sie macht die Haut geschmeidig, verzögert den Alterungsprozeß, stärkt das Bindegewebe und bewahrt Feuchtigkeit in der Haut.

Die Körperbutter enthält kein Wasser und ist deshalb lange haltbar und auch für Ungeübte einfach nachzumachen.

*Eigenrezepte*

Zur Lagerung der Körperbutter: Ideal bei ca. 20 °C, sollte es bei Ihnen sehr viel wärmer sein,

## Kokos-Körperbutter 70 g ergibt ein Stück

50 g Sheabutter weiß  
15 g Kakaobutter  
5 g Kokosöl  
Tipp: Kokosöl Bio riecht intensiv nach Kokos

Dekotipp: einige getrocknete Kokosraspeln auf die angezogene Körperbutter geben.

Alle Zutaten bei niedriger Temperatur schmelzen und gut durchrühren und in eine Form füllen, über Nacht im Kühlschrank aushärten lassen.

Verarbeitung: Danach die fertige Körperbutter aus der Form klopfen. Sollte dies nicht funktionieren, so stellen Sie die Form kurz ins warme Wasser, dann geht die Butter auch heraus. Man sollte noch 1-2 Tage warten, bis man die Körperbutter verwendet. Der Grund ist die Sheabutter benötigt zum vollständigen Aushärten eben diese Zeit.

Geeignete Formen sind kleinere rund oder eckige Behältnisse, die nicht zu starr sind, z. B. flache Cremedosen, Seifenschalen, Formen vom Sandspielzeug Ihrer Kinder, usw.

## Rosen-Körperbutter 70 g ergibt ein Stück

55 g Sheabutter weiß  
10 g Mangobutter  
5 g Johanniskrautöl (zur Rotfärbung)  
5 Tr. echtes Rosenöl oder  
10 Tr. Süße Rose od. Rosenkönigin

Dekotipp: Geben Sie eine Rosenknospe auf die angezogene Masse

Alle Zutaten bei niedriger Temperatur schmelzen und gut durchrühren, zum Schluß das äth. Öl einrühren und in eine Form gießen. Weiter siehe Verarbeitung!

## Lavendel-Körperbutter 70 g ergibt ein Stück

30 g Sheabutter weiß oder Bio  
30 g Kakaobutter in Blockform  
10 g Jojobaöl  
2-3 Tr. Kamille blau od. Schafgarbenöl (zur Blaufärbung)  
15 Tr. Lavendelöl fine

Dekotipp: Geben Sie einige Lavendelblüten oder einen kleinen Lavendelzweig auf die angezogene Masse

## Calendula-Körperbutter 70 g (auch für Babys geeignet) ergibt ein Stück

45 g Sheabutter weiß  
20 g Kakaobutter  
5 g Calendulaöl  
5 Tr. Karottenöl od. Sanddornöl (zur Orangefärbung)

Dekotipp: Geben Sie einige getrocknete Ringelblumenblüten auf die angezogene Masse

Zubereitung wie bei Kokos-Körperbutter

Wenn Sie diese Körperbutter für Babys machen möchten, so empfiehlt sich nicht ein großes Stück, sondern mehrere kleine Stücke (z. B. in Eiswürfelform) anzufertigen.

## Glitzer-Körperbutter 70 g ergibt ein Stück

55 g Sheabutter weiß  
10 g Kakaobutter  
5 g Monoöl  
1 Meßl. Pigment Feingold od. Glitzergold (Monoöl riecht wunderbar, man kann auf einen zusätzlichen Duft verzichten)

Tipp: Das Goldpigment löst sich zwar nicht in der Masse auf. Es sinkt zu Boden und Sie haben 2 Schichten. Man kann die zarte Goldschicht für besondere Anlässe, wie Partys und Bälle als Highlight einsetzen.

Zubereitung wie bei Kokos-Körperbutter



## Körperbutter 70 g bei Neurodermitis ergibt ein Stück

30 g Sheabutter weiß oder BIO  
30 g Kakaobutter in Blockform  
10 g Nachtkerzenöl

Zubereitung wie bei Kokos-Körperbutter

Zur INFO  
Es gibt die Zutat Kakaobutter in 2 Ausführungen:  
- in Pulverform  
- in Blockform  
bei einigen Rezepten steht extra in Blockform, diese ist fester und für die jeweilige Rezeptur wichtig. Bei einer etwaigen Bestellung bitte angeben, wie sie die Kakaobutter haben möchten.

## Efrischende Körperbutter 70 g ergibt ein Stück

50 g Sheabutter weiß  
15 g Kakaobutter  
5 g Algenöl  
10 Tr. äth. Petitgrain Zitrone oder ein Zitrusöl

Dekotipp: eine getrocknete Zitronen- od. Limettenscheibe

TIPP zur Einfärbung: Die herkömmlichen Pigmente sowie Pflanzenfarben sind nicht öllöslich und können daher nicht verwendet werden. Gute Erfolge habe ich mit dem Gewürz Kurkuma (Gelbfärbung) erzielt. Geben Sie einen 1/2 Meßl. in etwas Öl zur Lösung und zur flüssigen Körperbutter.

## Reichhaltige Körperbutter 70 g mit Vitaminen ergibt ein Stück

55 g Sheabutter weiß  
10 g Mangobutter  
5 g Centellaöl  
1 Meßl. Vitamin E  
20 Tr. Vitamin-A-Palmitat (Retinol)  
10 Tr. äth. Öl nach Belieben

Alle Zutaten bis auf Vitamin E+A bei niedriger Temperatur schmelzen und zum Schluß die Vitamine zugeben. Weiter siehe Verarbeitung!