



HÁZI KÉSZÍTÉSŰ FÜRDŐSŐ

Elkészítési idő: kb. 15 perc

HOZZÁVALÓK

- 5 evőkanál durva szemcséjű Himalája só
- 10 evőkanál durva szemcséjű tengeri só vagy Epsom-só
- 2 evőkanál szódabikarbóna
- illóolaj (ízlés szerint)
- szárított gyógynövény - (ízlés szerint)
- tárolás: befőttesüvegben

ILLÓOLAJOK

- Nyugtató hatású: levendula, narancs, mandarin, római kamilla, ylang-ylang
- Frissítő hatású: menta, teafaolaj, zsálya, citrom
- Tisztítja a légutakat: Eukaliptusz, menta, citrom, levendula, kakukkfű.

ELKÉSZÍTÉS

01

A Himalája sót és a tengeri sót 1:2 arányban adagoljuk, majd adjuk hozzá a szódabikarbónát. Alaposan keverjük össze.

02

Az illataroma kívánt intenzitásának megfelelően adjunk hozzá 15-30 csepp illóolajat.

03

Dekoráció és egy kis plusz illatosítás céljából fürdőső-keverékünkhöz adjunk 3-5 evőkanál szárított gyógynövényt. A szálás teák kiválóan alkalmazhatók erre a célra, használhatunk továbbá rózsaszirmot vagy levendulát is.

A fürdősőt ne alkalmazzuk nyílt seb vagy gyulladt, irritált bőr esetén. Érzékeny bőr esetén óvatosan használjuk!