

# Sonnenkosmetik und Natur Deo

## Verbene-Jus

10 frische Zitronenverbeneblätter, 100 ml Mineralwasser, 30 ml Naturessig

Blätter klein scheiden, mit den anderen Zutaten mischen und ca. 1 Std. ziehen lassen. Extrakt filtern (Teefilter) und in eine Zerstäuberflasche umfüllen.

## Green-Peace-Refresher

2 Salbeiblätter, 2 Minezeblätter, Vogelmiere, 50 ml Mineralwasser, ½ Tl. Natursalz, ½ Tl. Natron

Blätter klein schneiden, alles mischen und ca. 1 Std. ziehen lassen. Filtern und abfüllen.

---

Nach Geschmack können auch noch ein paar Tropfen naturreines, ätherisches Öl zugegeben werden.

Haltbarkeit: ca. 1 Monat bei Zimmertemperatur

---

### **Wichtig:**

Zur Körperreinigung möglichst auf Seife oder Bio-Duschgel umstellen, da herkömmliche Mittel Mineralöle und Silikone enthalten, welche zu einem Abperleffekt des Naturdeos führen können.

## Sonnenblüten-Mix-Schutz

50 ml Kokosöl

50 ml Olivenöl

50 g Sheabutter

1 Tl Rosenblätter

1 Tl Ringelblumenblütenblätter

4 Tr. Wilde Orange

4 Tr. Weihrauch

Kokosöl und Sheabutter, bei niedriger Temperatur im Wasserbad schmelzen (bei schönem Wetter kann man auch die Sonne nutzen), Ringelblumen und Rosenblätter zugeben und etwas ziehen lassen. Die restlichen Öle zugeben und gut vermischen.

Nach dem Abkühlen durch ein Teesieb (Beutel) filtern und abfüllen.

---

### **Wichtig:**

Möglichst schonend erhitzen, da sonst die wertvollen Inhaltsstoffe verloren gehen.

Stets abgekühlt abfüllen, da sich sonst Kondenswasser bildet, das die Haltbarkeit einschränkt.

### **Hinweis:**

Lichtschutzfaktoren verschiedener Öle

Kokosöl 7 / Olivenöl / Mandelöl 4