



NATRON-DEOCREME

Für 1 kleines Glas:

3 EL Kokosöl, cremige Konsistenz
bei Zimmertemperatur

2 EL Kartoffelstärke (alternativ:
Pfeilwurzelsstärke oder
Maisstärke)*

2 EL Natron (aus der Apotheke
oder dem Drogeriemarkt)

Optional: ein paar Tropfen
ätherisches Öl nach Wahl (bei
empfindlicher Haut lieber
weglassen)

*kann in der Minimalversion auch
weggelassen werden.

Zeitaufwand:
ca. 5 Minuten

TIPP: Es ist wichtig, dass das Kokosöl nicht zu hart, sondern cremig ist. Falls es zu hart ist, das Öl vor der Verarbeitung an eine warme Stelle im Zimmer stellen (ohne dass es schmilzt).

Das Kokosöl mit den restlichen Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Löffel zu einer klümpchenfreien Creme verrühren.

Jeweils eine knapp erbsengroße Portion der Creme mit dem Finger unter beiden Achseln verteilen.