

Anfänger-Creme



optimal für Rühreinsteiger!



Rezept Nr. 003

GESAMTMENGE: 100 g

PHASE A

20 g Mandelöl
5 g Kakaobutter
5 g Montanov 68 MB

HERSTELLUNG

Arbeitsplatz, Geräte, Tiegel und Hände mit **hochprozentigem Alkohol** desinfizieren und während der Herstellung auf **Sauberkeit** achten.

PHASE B

66 g Rosenhydrolat

Phase A und **Phase B** abwägen und in einem Becherglas im Wasserbad auf ca. **75°C** erwärmen. Sobald beide Phasen die **gleiche Temperatur** erreicht haben, **Phase B** (Rosenhydrolat) in **Phase A** gießen und ca. **zwei Minuten hochtourig** emulgieren. Anschließend mit dem **Spatel** auf **Handwärme (ca. 40° C)** rühren.

PHASE C

2 g Ringelblumentinktur
10 Tr. äth. Öl: Lavendel fein
1 g Rokonsal

Phase C in die Emulsion geben. **Homogen** einrühren. Optimalerweise noch einmal kurz hochtourig durchrühren. Abschließend **pH-Wert kontrollieren** und bei Abweichung ggf. mit **Milchsäure auf 5-5,4** einstellen. Die **Haltbarkeit** beträgt ca. 3 Monate.

ALTERNATIVEN:

Rosenhydrolat: dein Lieblingshydrolat (Lavendel...), destilliertes Wasser, 10 min. abgekochtes, weiches Leitungswasser

Mandelöl: ein gutes pflanzliches Basisöl (Olive, Kokosöl, Jojoba, Sonnenblume high oleic ...), dein Lieblings-Ölauszug (Ringelblume, Rose, Johanniskraut ...) --> Konsistenz der Creme, Hautgefühl und Auftragsverhalten kann durch ein anderes Pflanzenöl variieren.

Kakaobutter: Sheabutter, Mangobutter

äth. Lavendelöl: hautpflegende äth. Öle (zB. Ho-Blatt, Palmarosa, Rose, Thymian linalool...)

Ringelblumentinktur: deine Lieblingstinkturen- oder Glycerite (Lavendel, Malve, Kamille, Gänseblümchen, Hopfen, Rosen ...)

