

## Bodylotion à la maison

GESAMTMENGE: ~ 200 g

### PHASE A

24 g Kokosöl, 24 g Olivenöl  
12 g Sonnenblumenöl  
10 g Montanov 68 TM

### PHASE B

120 g weiches, mind. 5 Minuten  
sprudelnd abgekochtes Wasser  
(optional dein Lieblingshydrolat)

### PHASE C

6 g Glycerin  
0,4 g Xanthan

### PHASE D

2 g Rokonsal  
20 Tr. ätherisches Lavendelöl

Optimal für Rühranfänger, denn Oliven-,  
Kokos- oder Sonnenblumenöl hat man  
oftmals sowieso zu Hause.  
Schau doch mal in deinem Küchenkästchen!

### HERSTELLUNG

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

Zutaten der **Phase A und B abwiegen** und in separaten **Bechergläsern** im Wasserbad auf **jeweils 75 - 80 °C** erwärmen.

Nun **Phase B in Phase A gießen**, 2 Minuten **hohtourig** emulgieren und mit einem Spatel auf **Handwärme** rühren.

**Phase C:** Xanthan gut im Glycerin verrühren und mit den restlichen Zutaten aus **Phase D** (Rokonsal, ätherisches Öl) in die Creme geben. **Homogen** verrühren! c. Idealerweise nochmal eine Minute hohtourig rühren.

Die fertige Creme abfüllen und beschriften. Die Haltbarkeit beträgt **etwa 10 Wochen**.



Rezept Nr. 015

