

Anleitung für selbst gemachtes Badesalz

Das brauchen Sie

- 500 g Meersalz, Bittersalz oder Steinsalz
- einige Tropfen ätherisches Öl nach Wahl
- 2 EL Mandelöl
- Optional: getrocknete Blüten oder Kräuter
- leeres Behältnis, zum Beispiel ein hübsches Glasfläschchen



Und so geht's

1. Salz in ein leeres Glasfläschchen füllen. Besonders grobes Salz kann vor dem Umfüllen mit einem Mörser etwas zerkleinert werden.
2. Ca. 15 Tropfen ätherisches Öl in das Fläschchen hineingeben.
3. Mandelöl hinzufügen und alles miteinander vermischen. Das Fläschchen verschließen und nochmal kräftig schütteln.
4. Die Öle vor Gebrauch des Badesalzes einen Tag lang einziehen lassen.
5. Optional können am nächsten Tag getrocknete Blüten und Kräuter unter das Badesalz gemischt werden.