Bumblebee * Lifecoach
Jasmin B. Stocker

Rezept für Badekugeln

Selbst gemachte Badekugeln sind ein wunderschönes Weihnachtsgeschenk, außerdem sind sie günstiger und du weißt genau, welche Inhaltsstoffe enthalten sind. Außerdem kannst du mit hochwertigen Ölen auch einen besonders guten pflegenden Effekt auf die Haut bewirken.
Das Besondere an Badekugeln ist, dass sie sprudeln. Dafür verantwortlich ist die Kombination aus Natron und Zitronensäure. Natron wirkt antibakteriell und basisch und reinigt somit besonders gut die Haut. Mit Eukalyptus und Pfefferminzaroma Öl ist auch sehr schnell eine Erkältungsbadekugel hergestellt.

Bumblebee * Lifecoach
Jasmin B. Stocker

Rezept für Badekugeln

- 250 g Natron
- 125 g Zitronensäure
- 60 g Speisestärke
- 60 g Bio-Kokosöl oder anderes Fett
- Ätherisches Öl (z.B. von Young Living*)
- Lebensmittelfarbe
- evtl. getrocknete Blüten, Zitronenschale, losen Tee oder andere Dekoration

* nähere Information dazu bei mir

Bumblebee * Lifecoach
Jasmin B. Stocker

Rezept für Badekugeln

- Mische für die Badekugeln zuerst die trockenen Zutaten: Natron, Zitronensäure und Speisestärke in einer Schüssel miteinander. Falls du Lebensmittelfarbe in Pulverform benutzt, fügst du dieses nun auch schon hinzu. Nutzt du mehrere Farben, verteile die Mischung auf mehrere Schüsseln.
- Schmelze das Kokosöl. Verrühre es nun in einer seperaten Schüssel mit dem ätherischen Öl und der flüssigen Lebensmittelfarbe. Die Lebensmittelfarbe löst sich in diesem Gemisch noch nicht, aber kann so später besser verarbeitet werden.

Bumblebee * Lifecoach
Jasmin B. Stocker

Rezept für Badekugeln

- Gib nun langsam die flüssigen Zutaten zu den trockenen. Wenn du alles zu schnell vermischst, reagiert das Natron mit der Zitronensäure. Die Konsistenz bleibt recht pulverig. Sie ähnelt der von nassem Sand, den du mit der Hand formen kannst. Wenn es noch zu trocken ist, kannst du etwas Öl hinzufügen. Wenn es zu feucht geworden ist, kannst du noch Speisestärke zugeben.

Bumblebee * Lifecoach
Jasmin B. Stocker

Rezept für Badekugeln

- Für die selbstgemachten Badekugeln kannst du spezielle Formen benutzen (erhältlich im Bastelgeschäft) oder sie ganz mit den Händen formen. Du kannst aber auch Plätzchenausstecher, Eiswürfelformen oder Silikonformen nutzen. Achte darauf, dass du den „Badekugel-Teig“ fest in die Formen drückst, damit sich eine stabile Badepraline ergibt.

Bumblebee * Lifecoach
Jasmin B. Stocker

Rezept für Badekugeln

- Danach die Badekugeln in der Form bei niedriger Temperatur und trockenem Klima trocknen lassen. Erst wenn die Badekugeln vollständig trocken sind, kann man sie aus der Form nehmen. Wenn man den Badekugelteig nicht fest genug in die Form gedrückt hat, kann es sein, dass es ein bisschen bröselt.

Viel Spaß beim Herstellen!

Deine Jasmin Barbara
Diamond Angel Coach

bumblebee.lifecoach@gmail.com

Rezept und Textteile von:
https://utopia.de