

Bevor Sie sich entschließen ein Rezept nachzumachen, seien Sie sich sicher, dass Sie auf keinen der Inhaltstoffe allergisch reagieren. Wir übernehmen keinerlei Haftung für eventuell auftretende Schäden!

Rezept Sonnencreme

Zutaten

- 30 g Kokosöl
- 24 g Sheabutter
- 3 g Jojobaöl
- 3 g Vitamin E
- 30 Tropfen ätherische Öle je nach Vorlieben beim Duft
- Zinkoxidpulver je nach gewünschtem LSF

Wie viel Zinkoxid für welchen Lichtschutzfaktor?

Lichtschutzfaktor Zinkoxid

Für LSF 2 bis 5	05 %
Für LSF 6 bis 11	10 %
Für LSF 12 – 19	15 %
Für LSF 20 und höher	20 %

Zubereitung

Geben Sie das Kokosöl, die Sheabutter und das Jojobaöl in ein Gefäß, welches Sie im Wasserbad auf kleiner Stufe erhitzen. Erhitzen und rühren Sie solange, bis das Kokosöl und die Sheabutter geschmolzen sind und nehmen Sie die Mischung aus dem Wasserbad. Lassen Sie die Mischung etwas abkühlen. Legen Sie eine Staubmaske an, um den Zinkoxidstaub nicht einzusatmen. Messen Sie das Zinkoxid ab und geben Sie es gemeinsam mit dem Vitamin-E und den ätherischen Duft-Ölen zu der Mischung. Verrühren Sie alles gut. Füllen Sie Ihre Sonnenschutzlotion in ein Glasgefäß aus dunklem Glas oder in einen Cremetiegel und lagern Sie sie im Kühlschrank. Die Sonnencreme hält etwa 6 Monate, wenn sie kühl und dunkel gelagert wird. Wenn Sie die Sonnencreme mit ins Freibad oder an den Strand nehmen, achten Sie auf dunkle Aufbewahrung und stellen Sie sie über Nacht wieder in den Kühlschrank. Verwenden Sie die Sonnencreme genau wie andere Sonnencremes auch. Tragen Sie sie mehrmals täglich auf, umso häufiger, wenn Sie zwischendurch ins Wasser gehen oder stark geschwitzt haben.

Bezugsquellen:

- Sheabutter - <https://amzn.to/2GmLgr5>
- Jojobaöl - <https://amzn.to/2OhX9ox>
- Vitamin E - <https://amzn.to/2M8w0lj>
- Zinkoxidpulver - <https://amzn.to/2LFEYqC>

Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund – [PayPal-Spende](#)

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ©

