

Masken und Peelings - Rezepte!

von Jazzmin

online unter:

<https://www.testedich.de/quiz48/quiz/1495117028/Masken-und-Peelings-Rezepte>

Möglich gemacht durch www.testedich.de

Einleitung

Hier sind ein paar Rezepte für Masken und Peelings. Die Hautempfehlung steht dabei.

Kapitel 1

Alles rund um's Gesicht

Honig Maske

Geeignet für trockene und Normale Haut.

Zutaten:

- 5 Esslöffel Naturjoghurt
- 1 Esslöffel Honig (flüssig)

Zubereitung:

Einfach alles mischen und auf das gereinigte Gesicht auftragen.

Einwirkzeit:

15 - 20 Minuten. Danach alles gründlich abwaschen.

Quark - Honig - Peeling

Für Normale Haut geeignet.

Zutaten:

- 2 Esslöffel Quark
- 1 Teelöffel Honig (flüssig)
- 1 Esslöffel Zucker

Zubereitung:

Alles vermengen und in Kreisenden Bewegungen auf das Gesicht einmassieren. Schließlich abwaschen.

Zitronen Maske

Für fettige und Mischhaut.

Zutaten:

- 1 Esslöffel Quark
- 1 Teelöffel Zitronensaft (am besten frisch gepresst)

Zubereitung:

Alle Zutaten mischen und auf das Gesicht auftragen. Augenpartie aussparen!

Einwirkzeit:

15 Minuten. Danach abspülen.

Orangen Peeling/Maske

Geeignet für normale, fettige und Mischhaut.

Zutaten:

- 3 Esslöffel Naturjoghurt
- 1 Esslöffel Haferflocken

Zubereitung:

Alle Zutaten miteinander verrühren und auf's Gesicht auftragen, um sie als Maske zu benutzen oder nur einmassieren.

(Einwirkzeit: 15 Minuten)

Kapitel 2

Körperpeelings

Kokos Peeling

Zutaten:

- 1/8 Liter Schlagsahne
- 1 Eigelb
- 5 Esslöffel Kokosraspeln
- 1 Esslöffel gemahlene Mandeln

Zubereitung:

Zuerst die Sahne mit dem Eigelb verquirlen und danach die Kokosraspeln und Mandeln hinzugeben. Alles unter der Dusche auf die nasse Haut auftragen und einige Minuten einmassieren. Schließlich abwaschen.

Zuckerpeeling

Zutaten:

- Einige Löffel Zucker
- 1 Schuss Olivenöl

Zubereitung:

Beides vermengen und unter der Dusche auf der nassen Haut einmassieren. Man kann es auch gegen Hornhaut benutzen. Dafür trägt man die Masse auf die Füße auf und lässt es 5 Minuten einwirken.