

Kaffee-Olivenöl-Peeling selbst machen

Sich selbst etwas Gutes tun sollte nie zu kurz kommen. Das duftende Peeling erfrischt die Sinne, gibt der Haut einen besonderen Kaffeekick und fördert die Zellerneuerung. Das Olivenöl spendet der Haut Feuchtigkeit und wirkt gegen Falten und Cellulite.

Material

Du brauchst für 1 kleines Glas Peeling:

- 2 EL Zucker
- 3 EL Kaffee
- 1-2 TL Olivenöl
- etwas kochendes Wasser
- 1 kleines leeres Glas
- etwas Dekoration

Alle Zutaten für das Peeling, am besten in **Bio-Qualität**, bereitstellen. Wenn du ein größeres Glas füllen willst, verdopple die hier angegebene Menge ganz einfach.



Zubereitung

Kaffee kochen oder – noch viel besser – den übrig gebliebenen Kaffeesatz vom letzten Kaffeetrinken verwenden.

2 EL Zucker (Rohrzucker, weißer Zucker oder wie hier Kokosblütenzucker), 3 EL Kaffeesatz und 1-2 TL Olivenöl in das Gläschen füllen und gut vermengen, bis eine streichzarte Paste entstanden ist. Optimal eignet sich zum Beispiel ein Glas von einem Brotaufstrich, wenn du das Etikett vorher entfernst.



Nun das Namensschild hübsch gestalten und am Glas anbringen – fertig ist das selbstgemachte Kaffee-Olivenöl-Peeling! Am besten lagerst du es kühl und dunkel und verwendest es innerhalb der nächsten Wochen.



Dazu die Haut mit dem Peeling unter der Dusche kreisend massieren und die abgestorbenen Hautzellen sanft entfernen. Anschließend das Peeling kurz einwirken lassen und mit lauwarmem Wasser abspülen. Eincremen ist danach nicht mehr notwendig.

Viel Freude beim selbst machen und genießen!