

# Naturalny przeciwzmarszczkowy

krem

Ewa Kozioł



**SŁOWIAŃSKA ZIELARKA**

Odkryj więcej sprawdzonych przepisów w  
DARMOWYM herbarium wejdź na  
[www.słowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl) , aby uzyskać  
swój dostęp i zacząć skutecznie używać  
zioł

Już wiecie dlaczego omijać szerokim łukiem komercyjne kremy przeciwzmarszczkowe, jeśli nie to proszę tutaj ([KLIK!](#)) jest więcej na ten temat.

## Naturalny krem przeciwzmarszczkowy

Otrzymujesz ok 1/3 szklanki, która wystarcza na 3 miesiące. Muszę jednak zaznaczyć, że w przepisie jest duża ilość wody, ponieważ nie używamy w nim żadnych sztucznych emulgatorów tylko wosk pszczeli, dlatego też, jest normalnym, że czasem na powierzchni kremu możesz znaleźć niewielką ilość wody, wylewamy ją i po problemie.



### Składniki:

- $\frac{1}{4}$  szklanki naturalnego oleju słonecznika tłoczonego na zimno
- 2 łyżki oleju rzepakowego, zawiera naturalnie koenzym Q10, ale tylko ten tłoczony powoli, na zimno lub olejku z nagietka lekarskiego \*opcja
- 2 łyżki stołowe (15g) wosku pszczelego
- $\frac{1}{2}$  łyżeczki witaminy E
- 1 łyżki soku z cytryny
- 75 ml wody destylowanej
- 10 kropli naturalnego olejku cytrynowego

### Co robimy:

1. Umieść oleje i wosk w słoiku. Doprowadź do wrzenia garnek wypełniony do 10 cm wodą. Na dno garnka daj szmatkę i płoż na niej słoik z olejami i woskiem, bez pokrywki, wszystko podgrzewaj do momentu całkowitego rozpuszczenia się wosku, mieszając od czasu do czasu np.

- patyczkiem do szaszłyków.
2. Kiedy ściągniesz słoik z ognia dodaj olejek eteryczny i jeszcze raz dobrze wymieszaj. Następnie przelej miksturę do miseczki I poczekaj jak się delikatnie ochłodzi (czyli wtedy kiedy wkładając palec do substancji nie parzy ona Ciebie).
  3. W międzyczasie podgrzej wodę do temperatury 40 stopni dodaj do niej soku z cytryny.
  4. Przygotuj mikser I zacznij do miski z olejem powoli ciągłym ruchem (nie bardzo powolnym) dolewać wody nieustannie miksując nasz krem ok 10 minut
  5. Do słoiczka, następnie do lodówki I tam może siedzieć 3 miesiące.

**Jeśli chcesz wiedzieć więcej o naturalnych kosmetykach, już niedługo pojawi się kurs „PIĘKNA Z NATURY W 21 DNI: wyrzucić chemię z kosmetyczki”.**



Jasne, nie chcę go przegapić

UWAGA, ten dokument jest prawnie chroniony prawem autorskim @Copyright 2012-2024 Fundacja Zielony Zagonek, nie wolno go powielać, kserować ani używać w jakikolwiek sposób bez kontaktu z autorem na stronie [www.slowianskazielarka.pl](http://www.slowianskazielarka.pl)