

Rezept für umweltfreundliche Badekugeln

Ergibt etwa 6 mittelgroße Badekugeln

Zutaten

- **200 g Natron (Natriumbicarbonat)**
Grundlage für den sprudelnden Effekt
- **100 g Zitronensäure (Pulver)**
reagiert mit dem Natron für den Sprudeleffekt
- **50 g Maisstärke oder Pfeilwurzelmehl**
sorgt für eine glatte Konsistenz im Wasser
- **50–60 g Kokosöl (bio)**
pflegt die Haut und gibt den Badekugeln Stabilität
- **10–15 Tropfen ätherische Öle (optional)**
z. B. Lavendel, Orange oder Minze
- **Natürliche Lebensmittelfarbe oder Tonerde (optional)**
- **1–2 EL Blütenblätter oder Kräuter (optional)**
für einen ästhetischen Effekt, z. B. getrocknete Kamille, Lavendel- oder Kornblumenblüten



Materialien

- Große Schüssel
- Handschuhe
- Sprühflasche mit Wasser oder Hydrolat (z.B. Rosenwasser)
- Formen für Badekugeln (alternativ: Muffinform oder einfach von Hand formen)

Anleitung

1. Trockene Zutaten mischen. Natron, Zitronensäure und Maisstärke in einer großen Schüssel gut vermengen. Klumpen entfernen.
2. Kokosöl schmelzen. Das Kokosöl in einem Wasserbad oder in der Mikrowelle vorsichtig schmelzen, bis es flüssig ist. Wenn die Umgebungstemperatur hoch ist, kannst du es auch direkt verwenden, ohne zu schmelzen.
3. Flüssige Zutaten hinzufügen. Das geschmolzene Kokosöl langsam zu den trockenen Zutaten geben. Falls du ätherische Öle oder Farbe verwenden möchtest, jetzt hinzufügen.
4. Mischung anfeuchten. Mit der Sprühflasche vorsichtig Wasser oder ein Hydrolat hinzufügen (jeweils 1–2 Spritzer). Die Mischung sollte sich wie feuchter Sand anfühlen und zusammenhalten, wenn du sie zusammendrückst. **Tipp:** Nicht zu viel Feuchtigkeit, um eine vorzeitige Reaktion zu vermeiden.
5. Formen. Die Mischung in Formen füllen und fest zusammendrücken. Alternativ kannst du sie von Hand zu Kugeln formen. Blüten oder Kräuter kannst du in die Form geben, bevor du die Masse hineindrückst.
6. Trocknen lassen. Die geformten Badekugeln vorsichtig aus der Form lösen und an einem trockenen, kühlen Ort mindestens 24 Stunden trocknen lassen. Kokosöl wird fester, wenn es abkühlt, und sorgt für Stabilität.

Anwendung

Wie gewohnt in warmes Wasser geben und das Sprudeln genießen. Das Kokosöl pflegt die Haut und hinterlässt ein angenehmes Gefühl, ohne sie zu fetten.

Hinweise zur Umweltfreundlichkeit

Kokosöl ist pflanzlich und biologisch abbaubar. Achte auf nachhaltige und fair gehandelte Produkte! Verwende sparsam Blüten, um Abflussverstopfungen zu vermeiden oder fülle die Badekugelmasse ohne Blüten!



©Alexa Spilles, DWA

Viel Spaß!