



DIY Zuckerpeeling

Das Last-Minute-Geschenk zu Weihnachten



Eine Aktion des
Jugendkulturbüros Lüdenscheid



Das brauchst Du

- alte Marmeladengläser o.ä.
- Zucker
- Olivenöl oder Kokosöl
- Lebensmittelfarbe
- Bio-Orange, Bio-Limette etc

Schritt für Schritt Anleitung



1. Nimm Dir das leere Glas und befülle es mit Zucker. Lasse dabei ein bisschen Platz zum Rand.
Dann schüttele diese abgemessene Menge in eine Rührschüssel.



2. Füge 1-2 EL Olivenöl oder Kokosöl hinzu und verrühre es. Die Masse darf nicht zu flüssig sein. Füge das Öl also nach und nach hinzu.

🔪 Olivenöl und Kokosöl sind besonders hautfreundlich. Sie machen die Haut geschmeidig.



3. Reibe die Schale der Zitrone, Limette oder Orange etwas ab. Dieser Zest macht das Peeling besonders fruchtig und geruchsintensiv. Drücke dann etwas Saft aus und gib es zu dem Zucker. Achtung, auch hier solltest Du nicht zu viel Saft dazugeben. Der Zucker darf sich nicht auflösen.



4. Füge je nach Frucht etwas Lebensmittelfarbe in die Zuckermasse. Vermenge alles. Es sollte eine feste, leicht krümelige Masse entstehen. Fülle alles in das Glas.

! Achte darauf, dass Du nur Inhaltsstoffe nimmst, die auch wirklich für den Verzehr geeignet sind. Kaufe deshalb nur Bio-Obst, das ungespritzt ist. Sonst gibt es statt weicher Haut nämlich Pickel oder Ausschlag.



5. Für die Etiketten kannst Du entweder eine unserer Vorlagen ausschneiden oder selbst etwas basteln. Klebe sie am Glas fest oder befestige sie mit einem Bindfaden. Fertig ist das Last-Minute-DIY-Zuckerpeeling.



! Du kannst mit allerlei Lebensmitteln experimentieren. Zum Beispiel mit Kaffeemehl. Gib einige Tropfen Wasser hinzu, da hier kein Fruchtsaft enthalten ist. Oder probier doch mal etwas mit Lebkuchengewürz oder Zimt. Für den Sommer sind auch Lavendel oder Rosen geeignet.

Weitere Ideen



Zuckerpeeling
Orange

Anwendung:
Zuckerpeeling auf leicht feuchte Haut auftragen.
Zwei bis drei Minuten mit massierenden Bewegungen verreiben.
Mit warmen Wasser abspülen.

Für
seidenweiche Haut.

Zuckerpeeling
Zitrone

Anwendung:
Zuckerpeeling auf leicht feuchte Haut auftragen.
Zwei bis drei Minuten mit massierenden Bewegungen verreiben.
Mit warmen Wasser abspülen.

Für
seidenweiche Haut.

Zuckerpeeling
Kaffee

Anwendung:
Zuckerpeeling auf leicht feuchte Haut auftragen.
Zwei bis drei Minuten mit massierenden Bewegungen verreiben.
Mit warmen Wasser abspülen.

Für
seidenweiche Haut.

Zuckerpeeling
Limette

Anwendung:
Zuckerpeeling auf leicht feuchte Haut auftragen.
Zwei bis drei Minuten mit massierenden Bewegungen verreiben.
Mit warmen Wasser abspülen.

Für
seidenweiche Haut.