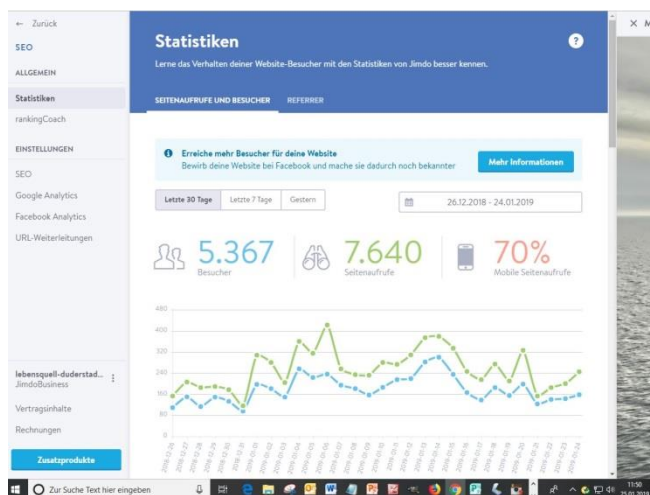


Unser Selbermachen-Blog

Von ca. 2015 bis April 2024 gab es auf der Lebensquell-Homepage einen Selbermachen Blog. In einer Umwelt-Experimentiergruppe wurden Rezepte ausprobiert, um die Umwelt zu schonen z. B. für Haushaltsreiniger, Kosmetik und mehr (Leitung: Uta-Maria Freckmann). Diese wurden dann im Selbermachen Blog veröffentlicht, kombiniert mit Rezepten und Einsendungen von Lesern dieser Seiten. In der damaligen Zeit kamen gerade die Überlegungen auf, weniger chemisch aggressive Mittel zu benutzen und mit nachhaltigeren Mitteln zu arbeiten, um die Umwelt zu entlasten. Ein besonderes Highlight im Selbermachen Blog war unser Shampoo Bar zum selber Anrühren. Ganz fix in 10 Minuten wurde dieses Shampoo angerührt und man brauchte nie wieder Shampoo-Flaschen aus Plastik zu kaufen. Zudem konnte das selbst hergestellte Shampoo mit Kräutern etc. anreichern und je nach Haarqualität konnte man es abstimmen auf die eigenen Bedürfnisse. Wir hatten seinerzeit über 7500 Klicks pro Monat auf unserer Homepage wegen dieser Seite und viele Kommentare mit Nachfragen und mehr Rezepten von Shampoo-Bars.



Heute gibt es überall im Netz Seiten die sich mit diesen Themen beschäftigen, wie zum Beispiel Smarticular und Utopia. Deshalb haben wir unsere Selbermachen-Seite mittlerweile gelöscht, unter anderem auch deshalb, weil neue Projekte unsere ungeteilte Aufmerksamkeit beanspruchten. Trotzdem möchte ich an dieser Stelle das gängigste Rezept aus dem Selbermachen Blog weitergeben, welches mittlerweile tausendfach erprobt ist und unsere Leser immer wieder begeistert hat. Hier kommt das Shampoo-Bar Rezept:

Shampoo Bar Grundrezept



Zutaten:

- 70 Gramm Shea-Butter
- 100 Gramm Speisestärke
- 100 Gramm SLSA Tensid (ein Tensid auf pflanzlicher Basis, erhältlich im Netz)
- Ein Tuch vor Mund und Nase halten, weil es sehr staubt und daher in der Nase reizt.
- Duftöle (Orange, Zitrus, Teebaumöl etc.) wahlweise hinzutun.

Vorgehensweise:

Die Shea-Butter im Wasserbad heiß machen und flüssig rühren. Evtl. Duftöle einträufeln. Dann das SLSA einrühren (Tuch vor den Mund!), anschließend die Speisestärke hinzutun bis sie andickt. In Formen einfüllen und andrücken mit dem Löffel, Silikon oder ähnliche. In den Kühlschrank für ein paar Stunden- FERTIG!