

INHALT

WAS BENÖTIGT WIRD...11

WAS IST WAS BEIM BADESCPASS 16

Badesalz.....	16
Bade-Essig.....	16
Ölbad.....	16
Badepralinen	17
Badetabs	18
Duschjellys	18
Cupcakes	18
Marshmallows	18
Seifenfreie Waschstücke	19
Seifen aus Seifenspänen.....	19
Naturseifen	20
Transparent-Seife	20
Flüssig-Seife	21

REZEPTE 22

BADESALZ.....	22
Einfaches Badesalz.....	23
Badesalz mit Milchpulver.....	24
Badesalz mit Natron	25
Badesalz mit pflegender Kakaobutter.....	25
Badesalz mit Inhalt.....	26
Ölbadesalz	28
Schäumendes Badesalz.....	29
BADE-ESSIG	30
Lavendel-Bade-Essig	31
Badeessig für die sensible Haut.....	32
Sommer-Essig-Bad (leicht kühlend)	33
Rosen-Essig-Bad.....	34
HAFERMEHLBAD	35
Hafermehl-Milch Bad.....	35
ÖLBÄDER	36
Großmutters einfaches Badeöl-Rezept	37
Ölbad mit Milchpulver	38
Leichtschäumendes Ölbad mit Mulsifan.....	39
Ölbad mit Fluidlecithin BE.....	40

<i>2-färbiges Ölbad</i>	40
<i>Ölbad mit Reinlecithin (Bademilch)</i>	41
BADEPRALINEN	43
<i>Einfache Badepralinen</i>	43
<i>Einfache Badepralinen mit Emulgator</i>	45
<i>Schoko-Vanille-Badepralinen</i>	46
<i>Himbeer-Badepralinen</i>	47
<i>Badepralinen mit leichtem Schaum</i>	47
<i>Badeschokolade mit Emulgator</i>	48
<i>Bade-Rosen-Schokolade ohne Emulgator</i>	49
BADETABS – SPRUDELNDE BADEFREUDE	50
<i>Einfache Badetabs</i>	51
<i>Sehr pflegende Badetabs</i>	53
<i>Badestangen</i>	54
<i>Schäumende Badekugeln</i>	55
DUSCH-JELLYS	56
<i>Dusch-Jellys einfaches Rezept</i>	57
<i>Dusch-Jellys opak matt</i>	57
<i>Spezial-Jellys:</i>	58
CUPCAKES	58
<i>„Muffin“</i>	59
<i>„Topic“ aufgeschlagen und sprudelnd</i>	60
MARSHMELLOWS	61
<i>Einfache schäumende Marshmallows</i>	61
<i>Marshmallow- Bisquit-Roulade</i>	62
SEIFENFREIE WASCHSTÜCKE	63
<i>Mildes Basis-Rezept</i>	63
<i>Pflegendes Waschstück mit Milch</i>	65
<i>Amalfi Waschstück</i>	66
<i>Waschstück für extrem empfindliche Haut</i>	67
<i>Mineralwasser - „Seife“ mit Haferflocken</i>	68
EINFACHE SEIFEN MIT SEIFENSPÄNEN	69
<i>Milde Kleieseife für trockene Haut</i>	70
<i>Milchpulver-Seife</i>	71
<i>Honigseife</i>	72
<i>Seifenbälle</i>	73
NATURSEIFEN	74
<i>Urgroßmutters Kernseife</i>	74
<i>Wie entsteht Seife?</i>	75
<i>Seife von Anfang an selber machen</i>	75
BESTANDTEILE DER NATURSEIFE	76
<i>NaOH</i>	76

<i>Flüssigkeiten</i>	77
<i>Pflanzenfette und Pflanzenöle</i>	78
<i>Kreatives</i>	78
<i>Duft</i>	78
<i>Geeignete Seifenformen</i>	82
<i>Basisausstattung für Seifensieder</i> :.....	82
<i>Sicherheitshinweise</i>	84
ANLEITUNG ZUR SEIFENHERSTELLUNG	85
<i>Die Vorbereitung</i>	85
<i>Natronlauge zubereiten</i>	86
<i>Abwiegen der Fette und Öle</i>	87
<i>Lauge und Fettgemisch abkühlen</i>	87
<i>Lauge und Öle vermischen</i>	87
<i>Zusätze beimengen und Seife „einpacken“</i>	89
<i>Seife in hübsche Stücke schneiden</i>	89
<i>Küsschentest</i>	90
SEIFENREZEPTE	91
<i>Einfache Basisseife zum individuellen Beduften und Färben:</i>	91
<i>Luxusseife/Seidenseife</i>	93
<i>Seife für trockene Haut</i>	95
„Halli-Galli“- Kinderseife	97
<i>Milchseife – die einfache Version</i>	99
<i>Kaffee-Küchenseife</i>	100
<i>Whipped Soap</i>	102
OHP ODER HEISSVERSEIFUNG	104
TRANSPARENT-SEIFE	106
<i>Opake Seifen (blickdicht)</i>	108
„Misch“-Seifen.....	108
BADEPULVER	109
DUSCH-SMOOTHIES	110
<i>Einfaches Dusch-Smoothy</i>	111
<i>Luxus Dusch Smoothy</i>	112
FINGER-MALSEIFE FÜR KIDS	113
<i>Rezept</i>	113
CREME-SEIFEN	114
<i>Einfache Cremeseife</i>	114
FLÜSSIG-SEIFEN	115
<i>Basis-Flüssigseife</i>	115
SHAMPOOS	119
<i>Shampoo bei trockenem Haar</i>	119
<i>Shampoo bei fettendem Haar</i>	120
<i>Shampoo für feines Haar/Haarausfall</i>	120
<i>Shampoo aus SLSA</i>	122

<i>Festes Shampoo gegen trockenes Haar</i>	123
<i>Festes Shampoo bei normalem/fettendem Haar</i>	124
ALTERNATIV SHAMPOO - SEIFENFREI	125
<i>Glanzshampoo bei stumpfem und trockenem Haar</i>	125
<i>Shampoo bei fettem Haar und Malassezia furfur</i>	126
<i>Pflege- "Shampoo" aus der Küche</i>	127
<i>Küchenshampoo mit Seifenspänen</i>	127
BADESCHAUM & DUSCHGEL	128
<i>Betain Badespaß</i>	128
<i>Duschgel mit Türkischrotöl</i>	129
<i>Einfaches Duschgel</i>	129
DIVERSES	130
<i>Flüssige Handwasch-Seife</i>	130
<i>Erkältungsbad</i>	130
<i>Badesäckchen</i>	131
WAS SONST NOCH ZU SAGEN IST	133
<i>Verdickungshilfen bei Flüssigseifen</i>	133
<i>Seifenfreie Waschstücke</i>	134
<i>Duschjellys</i>	134
<i>Bade-Essig</i>	135