

Vorwort	5
Benötigte und nützliche Utensilien	6

Seifen

Allgemeines vorab	10
Meine erste Seife	13
Basisrezept Soapy Dopey	16
Oliven-Lorbeer-Seife	18
Kornblumenseife	21
Whipped Soap Cups	22
Shea-Seife Mandel-Marzipan	24
Lomi-Lomi-Reisseife	27
Chai-Sahne-Seife	28
Aztekische Kaffeeseife	30
Over the Rainbow	32
Abendstund'	34
Haarseife	37
Rasierseife Monsieur Blaireau	38
Peelingseife	40
Saunapeelingseife	43
Einfache Flüssigseife	44

Baden, Duschen & Peelen

Allgemeines vorab	48
Meine erste Badekugel	49
Himbeer-Badekugeln	50
Käpt'n Seebär	53
Bade-Cupcakes Caffè Latte	54
Bade-Eis Erdbeer-Rhabarber	56
Badeschokolade	59
Winterliches Badesalz	60
Crunchy Cracker	62
Badeöl	65
Calendula-Badesmoothie	66
Duschjelly	68
Lakritz-Duschsmoothie	71
Duschbutter	72
2 in 1: Duschbutter und Lotion	74
Frischer Body Scrub	77
Körperpeelingcreme	78