

Fin ansikts-, kropps och massageolja

40 ml solrosolja (torr olja)
30 ml Rapsolja (fet / halvfet olja)
10 ml Avocadoolja eller Olivolja (halvtorr olja)
10 ml Macadamiaolja (halvtorr olja)
1 ml E-vitamin (som konserveringsmedel) kan utslutas
men oljan får då en kort hållbarhet

Detta ger 90 ml massageolja

Oljorna skall vara kallpressade, extra virgin, KRAV-märkt (där man har den märkningen), dvs. de allra bästa oljorna.

Se till att oljorna har rumstemperatur innan Du blandar ihop oljorna ovan och förvara den sedan i en flaska, mörkt och svalt. Hållbar ca ½ - 1 år med E-vitamin.



Recept på:

Antistress olja (med eteriska oljor)

7-10 droppar Lavendel

7-10 droppar Rosendroppar

7-10 droppar Bergamotte

Bara skön olja

Max 30 droppar eterisk olja som Du tycker om

Kärleksolja

1 droppe Jasmin

7-10 droppar Rosenträ

7-10 droppar Ylang Ylang



Detta blad är hämtat från
pushsolleftea.se
friskvardmassage.se