

# Kräuterladen Hollerblüte

## Rezept-Kalender

### Rezept des Monats November 2014

#### Hafer-Gesichtsmaske für empfindliche Haut

**Zutaten:**

3 Esslöffel Hafermehl (oder Dinkelkleie)  
3 - 4 Esslöffel Orangenblütenwasser(oder Melissenhydrolat)  
1 Esslöffel Rosenblüten-Honig  
je 1 Tr.Ylang Ylang, Lavendel und Rosengeranie

**Herstellung:**

3 Esslöffel Hafermehl mit dem Orangenblütenwasser zu einer Paste verrühren.

Den Rosenblüten-Honig und die naturreinen ätherischen Öle (Ylang Ylang, Lavendel und Rosengeranie) hinzufügen.

Alles gut miteinander vermischen und auf Gesicht, evtl. auch auf Hals und Dekolleté, auftragen.

Die Maske sollte 15 Minuten einwirken.

Während dessen können Sie bei schöner Musik oder ganz in Ruhe entspannen.

Anschließend die Hafer-Maske mit lauwarmem Wasser abspülen.

**Auch für die strapazierte Haut im Winter und trockene Haut ist diese Maske eine Wohltat. Sie wirkt entzündungshemmend, nährend und vitalisierend. Das Ergebnis ist eine schöne, samtweiche Haut.**