

Instrucțiuni

Sare de baie 1



realizat de
Georgiana Datcu

Ingrediente:



2 linguri
sare Epsom



2 linguri sare
Himalaya



Petale de gălbenele,
trandafir sau
mușețel** (la alegere)



O pipetă de ulei
preparat (uleiul
infuzat făcut de
tine)

Etape preparare :

Amestecarea sărurilor

- 1 Într-un bol curat, combină sarea Epsom și sarea Himalaya. Aceste săruri vor contribui la relaxarea mușchilor și la detoxifierea pielii.

Infuzarea cu ulei:

- 3 Folosește pipeta pentru a adăuga câteva picături din uleiul infuzat pe care l-ai pregătit anterior. Amestecă bine pentru a asigura distribuirea uniformă a uleiului și a ierburilor în sare.

Adăugarea plantelor

- 2 Adaugă petalele de gălbenele, trandafir sau mușețel în amestecul de sare. Acestea vor adăuga un plus de beneficii terapeutice și o notă delicată de culoare.

Depozitare:

- 4 Transferă amestecul de sare într-un borcan de sticlă cu capac ermetic. Păstrează-l într-un loc uscat și răcoros

