



**Uschi blüht auf / Rezept von Uschi Zezelitsch  
5.5.2024**

### ***Zitronengras: Superwoman-Body-Scrub***

*Dieses euphorisierende und straffende Peeling ist auch essbar: Denn es kann auch für Dessert-Streusel verwendet werden!*

*Dazu können Sie entweder gekaufte Zitronengras-Stängel oder notfalls Zitronengras-Pulver – aber am besten frisches Zitronengras – verwenden.*

*Die ca. 4 - 5 EL Zitronengras hacke ich so fein wie möglich und mische sie mit etwa der gleichen Menge Zucker.*

*(Salz geht für das Körper-Peeling auch, aber erstens hat Zucker nicht so scharfe Kristalle und ist für sensiblere Haut besser geeignet und zweitens verwende ich die gleiche Mischung auch für mein Dessert.)*

*Dann rühre ich noch 1 EL Honig für eine Extraportion Feuchtigkeit und 2 EL Kokosöl ein – das ist besonders reinigend und antibakteriell, ohne die Poren zu verkleben. Im Glas, bei kühler Temperatur können, Sie es gut 2 - 3 Monate lang aufbewahren.*

*Sie tragen es auf die vorgereinigte Haut auf, massieren es ein und spülen es mit lauwarmem Wasser ab. Damit erfrischen Sie Haut und Stimmung!*

*Und als Topping auf einem Dessert ergibt es ein tolles Geschmackserlebnis!*