

# Gör egen hudkräm

## Gör egen hudkräm

*Det är enkelt att göra egen hudkräm. Det krävs inte många ingredienser och tar bara några minuter. **Kokosolja** är väldigt användbart till hudvård. Välj helst en "virgin" för att alla nyttigheter ska finnas kvar. Kokosoljan är ingrediensen som ger krämen sin fasta form. **Olivolja** skyddar mot väder och vind och bevarar fukt bra. Är antiinflammatorisk, lindrar klåda och irritation. Bra mot torr, ömtålig, sårig hud och utmärkt i rengöringsprodukter. **Eteriska oljor** kan ha kraftfull effekt på huden, inklusive irriterande. Eftersom de är fettlösliga och har små molekyler tas de upp lätt. Dessutom skänker de krämen en underbar doft.*

## Ingredienser

### [Kokosolja](#)

Några droppar olivolja

Några droppar eterisk olja (vi valde citron)

## Gör så här

1. Vispa kokosoljan till den blir "fluffig"
2. Tillsätt olivolja och valfri eterisk olja
3. Vispa snabbt ihop alla ingredienser
4. Förvara i en burk med lock