

## Naturshampoo mit Rosskastanie, Äpfeln und Orangen

Hilft gegen Schuppen und trockenes Haar und kann auch als Duschgel verwendet werden.

*Nach einem Rezept von Gabriela Nedoma aus dem Buch „Grüne Kosmetik“*

Dieses Shampoo kann man auf Vorrat herstellen, ähnlich wie Marmelade konservieren und bei Bedarf verwenden. Es reinigt und pflegt das Haar, macht es seidig und glänzend und der fruchtige Duft erinnert an warme Sommertage.

## Shampoo für Haar, Gesichts und Körperreinigung

Menge: 3 Gläser a200 g  
Haltbarkeit unbegrenzt,  
geöffnet 1-2 Wochen bei  
Zimmertemperatur

### Zutaten

20 Stk	Roskastanien	1 EL	Apfelpektin
1	unbehandelter Apfel	1 EL	kalt gepresstes Öl
1	unbehandelte Orange	700 ml	Wasser
1	Zweig Rosmarin		

### Zubereitung

- Die frischen Rosskastanien und den Apfel in kleine Stücke schneiden.
- Orangensaft auspressen und die Schale ebenfalls in kleine Stücke schneiden.
- Rosmarinblätter fein schneiden.
- Rosskastanien, Apfel, Rosmarin, Orangensaft- und Schale in einen Topf füllen
- mit dem Wasser übergießen.
- Zum Kochen bringen und ca 30 Min. zugedeckt köcheln lassen.
- Flüssigkeit in einen Topf abseihen
- Die klare Flüssigkeit mit dem Pektin klumpenfrei verrühren.
- Aufkochen lassen bis eine Gel-Konsistenz entsteht.
- Herd abdrehen,
- Öl zugeben und gut umrühren.
- In Gläser füllen und bei 125° im Backofen pasteurisieren.
- In das Haar einmassieren, einwirken lassen und gut ausspülen.