

# OATMEAL BROWNSUGAR SCRUB

**Zelf body scrub maken met maar 4 ingrediënten.**

De bodyscrub die ik gemaakt heb is een suikerscrub. Suiker in een scrub is namelijk een prima middel waarmee je dode huidcellen kunt verwijderen. Daarnaast wordt je huid er in combinatie met de kokosolie heerlijk zacht van. Ook leuk om cadeau te geven! Doe de scrub bijvoorbeeld in een leuk (weck)potje met een label en een houten lepeltje er aan.

## INGREDIËNTEN:

- 90 gram fijne gemalen haveremout vlokken (kun je in de blender doen)
- 70 gram kokosolie
- 1 eetlepel honing
- 50 gram bruine suiker

## HOW TO:

1. Mix alle ingrediënten in een kommetje en meng tot een egaal mengsel.
2. Giet het mengsel in een (weck)potje die je goed kan afsluiten.

Je gebruikt de scrub lekker in de douche, je maakt je lichaam vochtig waarna je de scrub met een ronddraaiende beweging gaat inmasseren. Hoe grover je scrubt hoe meer dode huidcellen je verwijdert. Dit is daarmee een goede diepte reiniging voor je huid, en je huid zal hier ook heerlijk zacht van worden. Na het scrubben verwijder je de scrub door deze onder de douche af te spoelen. Het voordeel is dat de kokosolie je huid heerlijk voedt en zal na afloop lekker zacht zijn. Je hoeft je lichaam na het douchen niet meer in te smeren met bodylotion want deze scrub laat een heerlijk zachte filter achter. Deze scrub is niet geschikt voor je gezicht omdat je gezichtshuid gevoeliger is en deze een meer milde scrub behoeft.

Sluit de pot goed af. Omdat je gebruik hebt gemaakt van verse ingrediënten raad ik aan om de scrub binnen 1 tot 2 weken op te maken en om de scrub in de koelkast te bewaren. Maak de scrub dus zo vers mogelijk, ook als je het als cadeautje weggeeft!

Andere tips om de houdbaarheid van de scrub te verlengen is door de scrub niet met je handen, maar met een schoon lepeltje uit de pot te scheppen. Zorg ook dat er geen water in de pot komt. Water is echt de ergste bron van bacteriën

De kokosolie zal na het smelten uiteindelijk weer iets harder worden, waardoor de scrub ook iets compacter wordt. Dus als je een harder wittig laagje op je scrub ziet liggen, schrik niet: dit is de kokosolie die zijn vaste vorm weer heeft aangenomen. Een olielaagje op je scrub is ook normaal, dus roer de scrub nog even goed door voor gebruik.