

Kombuchacrème

Voor verschillende huidaandoeningen kunt u de zwam ook verwerken tot een zalf. Onderstaand recept heeft een enthousiaste kombuchagebruiker mij gemaald. Als u ervaring heeft met het gebruik van de crème laat het mij weten via het kopje reacties van gebruikers.

Ingrediënten

- 50 gr amandelolie
 - 50 gr jojoba-olie
 - 15 gr bijenwas (geraspt)
 - 10 ml glycerol
-
- 25 gr kombuchazwam
 - 90 ml kombuchadrnk



Doe de vette ingrediënten (boven de stippellijn) in een hittebestendig bakje en verwarm ze au bain marie tot de bijenwas helemaal gesmolten is. Snijd ondertussen de zwam goed klein en verwarm de zwam samen met de drank in een pannetje.

Zorg dat de twee hoeveelheden ongeveer even warm zijn.

Doe ze bij elkaar in een kleine keukenmachine en vermaal de hele hoeveelheid tot de zwam totaal is versneden en er in principe niets meer van terug te vinden is. Langzaam zal ook de crème afkoelen en het geheel zich binden. De crème is dan in principe klaar.

Sommige mensen vinden de crème niet zo aangenaam ruiken. Ze kunnen dan bv. wat lavendelolie toevoegen. De crème is voor vele doeleinden toepasbaar. Onder andere tegen droge huid, of bij eczeem zeker na het gebruik van cortison. Het is ook bruikbaar als bodycrème, Sommige mensen willen niet anders. Bewaar de crème, wat je niet nodig hebt in de koelkast, dan is ie nog redelijk lang houdbaar.