

KAMILLENBLÜTEN- FUSSBAD

VORBEREITUNG:

ca. 2 Minuten



DU BENÖTIGST:

- ✗ etwa 4 l warmes Wasser
- ✗ 4 Beutel Kamillentee oder ca. 10 g Kamillenblüten (aus deiner Apotheke)
- ✗ 60 g Epsomsalz (Mg-sulfat) aus der Apotheke
- ✗ 2 TL Mandelöl

SO WIRD'S GEMACHT:

Alle Zutaten in eine große Schüssel oder Eimer geben. Gut verrühren und die Füße 10-20 Minuten darin baden.