

NÄHRSTOFFREICHE HAARMASKE

VORBEREITUNG:

2 Minuten

GESAMTZEIT:

22 Minuten



DU BENÖTIGST:

- ✗ 1 Ei
- ✗ 2 Esslöffel Olivenöl
- ✗ eine halbe Tasse Milch
- ✗ den Saft einer Zitrone / ein Glas Zitronensaft

SO WIRD'S GEMACHT:

Zuerst das Eiweiß vom Eigelb trennen. Eine Rührschüssel nehmen und das Eigelb gut mit den restlichen Zutaten vermischen. Die Mischung auf die Haare und Ansatz auftragen!

Die Maske für 20 Minuten einwirken lassen.

Danach mit einem Shampoo gut ausspülen. Fertig!

WIRKUNG:

Die Haarmaske enthält durch das Eigelb wichtige Nährstoffe und Proteine. So hilft Kalium bei trockenem Haar und Vitamin A schützt vor Haarspliss. Außerdem enthalten sind Vitamin D, was vor Haarausfall schützt und Vitamin B₁₂, welches das Haarwachstum anregt. Durch das Einmassieren in die Kopfhaut werden die Nährstoffe gut nachhaltig aufgenommen. Zusätzlich lässt das Olivenöl die Haare glänzen.