

Mast na klouby a bolavá záda

inspirovaná ayurvédskou mastí Siddhalepa, na způsob tygří masti

Mast je vhodná na namožené svaly, bolavé klouby, bolavá záda, lze použít i na ucpané dutiny a také na místa poštipaná hmyzem. Mast není vhodná pro těhotné, kojící a u dětí. Tradičně se používá v asijských zemích, je silným koncentrátem esenciálních olejů a výtažků z bylin (množství esenciálních olejů je opravdu takto vysoké). Není proto vhodná pro citlivé osoby. Mast se nesmí dostat do očí! Před použitím doporučujeme vyzkoušet na malé ploše kůže, jestli nedráždí.

Použití: balzám se aplikuje na postižená místa a vmasíruje.

Suroviny:

20 g eukalyptový esenc. olej

12 g citronellový esenc. olej

12 g skořicový esenc. olej

6 g borovicový esenc. olej

6,6 g krystalky mentholu

4,6 g krystalky kafru

6,6 g 96% lihu

32,2 g včelího vosku

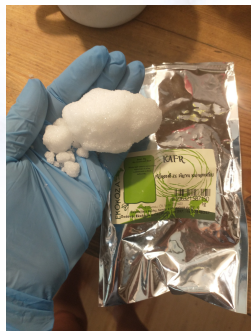
Postup:

Připravíme si suroviny. Zvážíme si všechny oleje a zvlášť si zvážíme vosk. Obě nádoby postavíme na vodní lázeň nebo nizoučký plamen.

Než se nám oleje a vosk rozehejí, odvážíme si kafr a menthol a zalijeme lihem. Bude vám připadat, že se to v životě nemůže rozpustit, ale po pár minutách míchání se krystalky rozpustí.



menthol



kafr



rozpouštíme krystalky



**vlevo roztopený vosk, vpravo
zahřáté oleje**

Nyní přilijeme vosk k olejům a hned na to i lihový roztok kafuru a mentholu a mícháme až do zhoustnutí na konzistenci masti, což nastane po chvíli.



hotová mast