

Kostbare Kosmetik aus dem **KÜRBIS**

Die orangefarbene Beauty-Frucht ist reich an den Vitaminen A und C sowie Beta-Carotin und hautstressmindernden Antioxidantien. Ihr Vitamin A steckt jetzt auch in fertigen Pflegeprodukten

LIEFERT DEN FALTEN-KILLER VITAMIN A

SCHÖNHEIT VON INNEN

Für eine Kürbiscreme-Suppe die Fruchtstücke mit Zwiebeln andünsten. Brühe, Sahne oder Kokosmilch zugießen. Alles ca. 25 Min. köcheln lassen. Nach dem Pürieren abschmecken



PEELING

Zum Selberrichten: 2 EL gemahlene Kürbiskerne und 3 EL Joghurt verrühren. In kreisenden Bewegungen die Haut damit abrubbeln. Alles gut abdsuschen



ÖLKUR GEGEN RAUE HAUT

Hände mit ein paar Tropfen Kürbiskernöl massieren. Etwa 5 Min. einwirken lassen. Warm abspülen



SPEZIAL-EINSATZ

1 „Cream + Mask Gesichtsschnee und Maske“ (50 ml, ca. 21 Euro). Von Dermasence in der Apotheke 2 Augenfältchen-Balsam „Oculissimum Eye Balm“ (15 ml, ca. 98 Euro). Von ananné



REGENERATION

1 „Vitamin A Tagescreme“ (50 ml, ca. 36 Euro). Von Dr. Spiller 2 Energiespendende Pflege „Intervention Express Crème Intense Reparatrice“ (40 ml, ca. 29 Euro). Von Dr. Pierre Ricaud



FUSSBAD

Kürbiskernöl wird aus den gerösteten Kernen hergestellt. Es schützt die Haut vor Austrocknung. Einen Schuss Öl ins Fußbad geben. Danach nicht abtrocknen, sondern Öl einmassieren

GESICHTSMASKE

Sie ist einfach selbst herzustellen: 2 EL gekochten Kürbis, je 1 TL Honig und Milch vermengen. Masse aufs Gesicht geben. Nach ca. 15 Min. mit warmem Wasser abspülen. Dafür eignen sich alle Kürbissorten. Am unkompliziertesten klappt es mit dem Hokkaido (orangefarben, unten links). Bei ihm kann die Schale mitgekocht werden.



NACHTSICHT

1 Anti-Aging-Creme „Time Control Night Cream“ (50 ml, ca. 48 Euro). Von Dr. Schrammek 2 24-Stunden-Pflege „baobab“ (50 ml, ca. 65 Euro). Von Rosa Graf



GLATTMACHER

1 Körperpflege „Weizenkeimöl Feuchtigkeitsspendend“ (100 ml, ca. 13 Euro). Von Primavera 2 „Vitamin-Creme Gesichtspflege gegen vorzeitige Faltenbildung“ (100 ml, ca. 10 Euro). Von Rugard in der Apotheke



Fotos: Aekva-Productions (6), Hersteller (8)