



Chai Badesalz

Winterliches Badevergnügen



Zutaten

Für 1 Portion

- 2 EL Schwarztee
- 1 EL Meersalz
- 1 EL Haferflocken
- 1 EL Anis
- 1 TL Zimt, gemahlen
- 1/2 TL Nelken, gemahlen
- 1/4 TL Kardamom, gemahlen
- 1/4 TL Muskatnuss, gemahlen

Für 4 Portionen

- 8 EL Schwarztee
- 4 EL Meersalz
- 4 EL Haferflocken
- 1 EL + 2 TL Anis
- 1 EL + 1 TL Zimt, gemahlen
- 1 + 1/2 TL Nelken, gemahlen
- 1 TL Kardamom, gemahlen
- 1 TL Muskatnuss, gemahlen

Zubereitung



Alle Zutaten in einer Schüssel gut mischen.

Verwendung

1. Liter Wasser zum Sieden bringen. Herd ausschalten. 1 Portion des Badesalzes im heissen Wasser auflösen und zugedeckt ca. 15 Minuten ziehen lassen.
2. Ein Sieb mit einem Tuch auslegen und den Sud in das Badewasser abgiessen.



Symbolische Bedeutung der Zutaten



Schwarztee
Stabilität, Stärke, Winter



Salz
Reinigung, Klärung



Anis
Ruhe, Sicherheit, Glück



Zimt
Sicherheit, Fülle, Reinigung, Liebe



Nelken

Wärme, Reinigung, Empathie, Mut



Kardamom

Energie, Transformation, Fröhlichkeit



Muskat

Sicherheit, Fülle, Reinigung, Liebe