

hot oil treatment

recept för utskrift

SOTAS KLOKSKAPER

<http://sotas.klokskaper.se>

Det här behöver du:

Oljor

2 dl olivolja
2 dl tistelolja
5 msk kokosolja
5 msk ricinolja
5 tsk mandelolja
5 tsk avokadoolja
5 tsk jojobaolja
5 tsk boababolja
5 tsk svartkumminolja
1 tsk arganolja
1 tsk neemolja

Eteriska oljor

30 droppar rosmarin
30 droppar cederträ
30 droppar eucalyptus
30 droppar kamfer

Infusera oljan med

1 hackad gul lök
1 hackad röd lök
5 msk chilifingor (eller 5 msk chilipulver)
5 vitlöksklyftor
5 msk nejlika (hel eller pulver)
2 msk kanelpulver

Pulver

5 ml MSM
3 ml askorbinsyra
1 tsk aloe vera
3 msk amla
3 msk ashwaganda
3 msk bockhornsklöver

Addera även 15 droppar E-vitamin.

Detta kommer att bli en sats på runt 500 ml (en halvliter), och beroende på hur mycket du använder kan den räcka runt ett år.

Utrustning

- 1 - 2 större byttor i rostfritt stål
- Måttsats i rostfritt stål (gärna fler, eftersom du behöver använda samma mått till flera ingredienser)
- Sked att röra om med
- Kastrull att ställa på varm platta, för vattenbad (byttan med alla ingredienser i)
- Glasburk att hälla olja med övriga ingredienser i, om du vill låta den stå och dra över tid
- Silduk och nylonstrumpa (bättre på att sila bort pulvren, som gärna slinker igenom silduken)
- Flaskor att förvara din färdiga olja i (med lock, pipett eller pump)
- Tratt i rostfritt stål
- 1 - 2 kannor med pip

Notera: det är inte spöstraff på att använda plast, och jag har själv inte ALLT i rostfritt stål. Det är dock mitt mål. Du tar vad du har, och det blir alldeles fantastiskt bra. Tänk dock på att byttan ska stå över en kastrull med puttrande/kokande vatten - rostfritt är bättre än plats.

...

Så här gör du

Slå på en platta och ställ kastrullen halvfull med vatten på plattan.

Häll upp alla oljor i din bytta.
Lägg till övriga ingredienser.

Ställ byttan på kastrullen med puttrande vatten. Rör om regelbundet, så att oljan har möjlighet att absorbera så mycket som möjligt av övriga ingredienser.

Låt det stå i ca 60 minuter, ta sedan av och låt svalna.

Om du planerar att låta oljan dra i några

veckor, håll upp ALLT i en stor burk med lock. Ställ på mörk plats, men se till att röra om en gång om dagen, eftersom framför allt pulvren blir en tjock, hård smet i botten.

När du anser att din olja är klar, tar du fram ytterligare en bytta samt silduk/nylonstrumpa.

Jag rekommenderar att sila en gång genom silduk - då får du undan alla större bitar (lök, chiliflingor, vitlök osv), och sedan en gång till genom en nylonstrumpa för att få ur så mycket pulver som möjligt.

När din olja är silad och klar, häller du över den genom tratt (absolut enklast) till din flaska.

KLART!

Om du tycker att måtten är orimligt stora i receptet, kan jag bara hålla med. Anledningen är att hur du än bär dig åt, kommer det att bli spill och svinn av olja. Dels kommer du att spilla, dels suger framför allt pulvren och silduken upp en hel del olja.

Bra att veta!

Det utgår inget spöstraff om du inte använder alla ingredienser. Är det något du inte har hemma, tycker luktar äckligt, är allergisk mot eller något annat - använd då inte det. Oljan kommer att fungera dunderbra i vilket fall.

Neemoljan är extremt trög. Du behöver värma flaskan så att oljan mjuknar och blir rörlig, så att du kan måtta upp det du ska ha. Jag gör det under kranen, i jättevarmt vatten.

Det är mycket som ingår i den här oljan - mycket av det som ingår luktar starkt. Det gör att det färdiga resultatet har en ganska stark lukt som kan kännas ovan och stark i början. Vis av erfarenhet kan jag säga - man vänjer sig. Kännas lukten överväldigande -

testa att använda en essentiell olja som har en doft du gillar. Håll i så mycket att doften går att hantera.

Varför använda hot oil treatment?

Den här behandlingen gör massor med bra saker för hårbotten. Flertalet oljor har anti-inflammatoriska egenskaper, ett par essentiella oljor ökar blodcirkulationen (som ger mer näring åt hårsäckarna), MSM och lök bidrar med svavel som behövs för hårproduktion, osv. Det är helt enkelt en kanonbra behandling för hårbotten.

Rekommenderad användning

Jag rekommenderar användning av den här behandlingen en gång i veckan (dagen innan hårtvätt).

Om du använder pump till flaskan - ta en halv pump i handen och smeta ut på fingrarna. Massera in det så långt det räcker, och gör sedan om proceduren tills du fått in det i hela hårbotten.

Tips

Borsta/kamma håret, och sätt på en badmössa över hela håret. Sätt gärna på en eller flera mössor till, för att det ska vara varmt därunder - det underlättar för hårbotten och håret att absorbera all näring.

Ha detta på dig i några timmar (jag har mitt på mig i sex timmar), för att sedan ta av det - och sov med detta, innan du tvättar håret dagen därpå.

Om det här verkar övermäktigt kan du anmäla intresse för att köpa in dig i nästa batch jag blandar. Eftersom jag gör så stora mängder, sker detta inte så ofta. Nästa batch kommer troligen att blandas någon gång under senvåren/sommaren 2025.

Skicka ett mail till mina@klokskaper.se.