

## **Katharina Gläser und Tara-Julienne Eirich „Kann man Creme selber herstellen“ (Jugend forscht 2017)**

### **240g Sheabuttercreme:**

80g Wasser  
44g Sonnenblumenöl  
40g Sheabutter  
22g Sojalecithin-Granulat  
12g Honig

#### Herstellung:

1. Die Fette abwiegen und in einem hohen Gefäß erwärmen! Die Sheabutter muss geschmolzen sein.
2. Das Sojalecithin dazugeben und so lange pürieren, bis sich alle Körnchen aufgelöst haben!
3. Gleichzeitig das Wasser auf ungefähr 40°C erwärmen!
4. Das Wasser langsam zum Fett geben und dabei weiter pürieren!  
Wichtig: Die Flüssigkeit in kleinen Schlucken dazugeben.
5. Den Honig unter die Creme pürieren!
5. Die Creme abfüllen und gut verschließen. Anschließend rund 12 Stunden kühlen!

### **240 g Sonneblumencreme:**

50ml Wasser  
50ml Sonnenblumenöl  
20g Sojalecithin-Granulat  
1,1g Gelatine oder 0,3g Agar Agar

#### Herstellung:

1. Handwarmes Öl in ein Gefäß geben.
2. Das Sojalecithin schrittweise dazugeben und so lange pürieren, bis sich alle Körnchen aufgelöst haben!
3. Schluckweise das handwarme Wasser dazugeben und unter pürieren!
4. Gelatine oder Agar Agar in wenig Wasser auflösen und erwärmen bis es flüssig ist!
5. Aufgelöste Gelatine oder Agar Agar in Creme geben und pürieren!

#### **Haltbarkeit:**

Die Creme muss im Kühlschrank aufbewahrt werden. Fasst man nur mit sauberen Händen oder einem sauberen Löffel hinein, hält sie ungefähr 12 Tage.

#### **Weitere Varianten:**

Statt Wasser kann auch Tee oder Espresso verwendet werden. Als Zumischungen ist unter anderem Aloe Vera möglich.