



Nach marokkanischem Vorbild:  
**Fliesenkollektion „Azulej“**, 130 Euro/qm, Mutina

## SICH HAMAM- VERWÖHNEN

### Vorbereitung

Tee kochen und auf einem Stövchen im Bad bereitstellen. Im ganzen Raum Kerzen verteilen. Kurz warm duschen, trocken tupfen und dann in der Badewanne bei ca. 38 Grad 10 bis 15 Minuten „einweichen“.

### Reinigung

Den ganzen Körper gründlich mit einem Massagehandschuh („Kese“) abrubbeln. Dann mit einem Naturschwamm Olivenölseife aufschäumen und großzügig auf der Haut verteilen. Mit Hilfe einer Schale und viel warmem Wasser abspülen.

### Entspannung

Abtrocknen und die noch leicht feuchte Haut mit Körperöl einreiben. Dann in einen Bademantel oder ein Hamam-Tuch gehüllt bei einer Tasse Tee langsam abkühlen.

Klassische **Hamam-Tücher** aus feiner Baumwolle, ab 20 Euro, [www.schoenebeute.de](http://www.schoenebeute.de)



Verschönert das Bad:  
**Wollpouf** im Orient-Look, 129 Euro, BoConcept



Zum Anschmiegen: **Tücher zum Einkuscheln** vorher auf die Heizung legen



**Badematte** mit orientalischem Schwung, 68 Euro, [www.anthropologie.eu](http://www.anthropologie.eu)



Rückt Tee und Seife in Wannennähe: **Hocker/Beistelltisch** aus Holz, 85 Euro, [www.car-moebel.de](http://www.car-moebel.de)



Versilberte **Hamam-Schale**, Unikat, Ø 14,5 cm, 40 Euro, [www.schoenebeute.de](http://www.schoenebeute.de)