



Recettes de cosmétiques à base de légumes

Lotion concombre pour la peau

2 c.a.s de concombre

2 c.a.s de fromage blanc, yaourt nature ou crème fraîche

1. Mixer le concombre
2. Ajouter le fromage blanc
3. Bien mélanger
4. Appliquer sur la peau propre et laisser agir 20 min
5. Rincer

Masque au café – soin exfoliant

1 c.a.c café

1 c.a.s huile

3 ou 4 gouttes de miel

Mélanger le tout et appliquer sur une peau propre

Laisser poser 10 minutes et rincer

Baume à lèvres

1 c.a.c de cire d'abeille

1 c.a.s d'huile de coco

1 c.a.c de Miel

3 à 4 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée

2 gouttes de Vitamine E (pour la conservation pendant 6 mois)

1. Faire fondre l'huile de coco et la cire d'abeille
2. Ajouter le miel
3. Hors du feu, ajouter l'huile essentielle et la vitamine E
4. Bien mélanger et verser dans les flacons rapidement (la cire d'abeille durcit vite)

Astuce : Pour donner une couleur rosée au baume à lèvres, possibilité d'ajouter du jus de betterave avant de verser dans les flacons.

