

Fiche recette : Exfoliant corps à base de poudre végétale



Le Blend It Yourself (Mélange toi-même en français) est une alternative rapide au Do it Yourself. Ce concept vous invite à mélanger, en un tour de main, des ingrédients de base pour confectionner minute vos soins de beauté/produits ménagers naturels. Cette alternative permet de travailler avec 2 ou 3 ingrédients seulement.

L'exfoliation désincruste les pores, élimine les peaux mortes, favorise la régénération de l'épiderme et illumine le teint. La poudre végétale, constituée de noyaux d'amandes finement broyés, fait des merveilles pour retrouver une peau de bébé. 100% naturelle et biodégradable, elle est l'ingrédient de base indispensable pour réaliser votre exfoliant visage ou corps minute.

INGREDIENTS

- Poudre végétale : 1 cuillère à café (augmenter la quantité pour augmenter l'intensité)
- Gel d'aloé vera : 2 cuillères à soupe
- Huile végétale (facultatif) : 10 gouttes

MATERIEL

- 1 petit bol
- 1 petite spatule en bois

PREPARATION

1/ Nettoyer et désinfecter le matériel, les ustensiles, le plan de travail et les mains.

2/ Transvaser la poudre végétale dans un bol.

3/ Ajouter le gel d'aloé vera.

4/ Mélanger l'ensemble jusqu'à l'obtention d'une pâte granuleuse (l'intensité du gommage dépendra de la quantité de poudre ajoutée au gel).

Il est également possible d'ajouter quelques gouttes d'huile végétale à la préparation si on souhaite nourrir sa peau le temps de l'exfoliation. Dans le cas contraire, l'huile nourrissante pourra être appliquée après le soin exfoliant.

5/ Appliquer en massages doux sur la peau puis rincer à l'eau claire.

6/ Appliquer votre soin habituel pour terminer. L'huile végétale est tout à fait recommandée. Seule ou mélangée à quelques gouttes de gel d'aloé vera (à mélanger dans le creux de sa main) pour hydrater (gel d'aloé vera) et nourrir (huile végétale) la peau.

