

Beautyfullgreen

Vivre au naturel - Recettes de beauté



Beautyfullgreen



Notre premier ebook de recettes de beauté

Nous vous avons souhaité nous lancer afin de vous proposer notre premier ebook contenant 6 recettes de beauté au naturel.

Ces recettes ont été sélectionnées avec soin pour une routine beauté complète et adaptées pour minimiser le nombre d'ingrédients nécessaires.

Il pourra vous aider à choisir des recettes avec lesquelles débiter votre routine "green". Mais il peut aussi vous donner des inspirations pour offrir à vos proches un panier de produits naturels que vous aurez réalisé vous-même.



Ingrédients nécessaires

- Aloe vera
- Hydrolat de bleuet
- Huile d'argan
- Huile de coco
- Huile de pépins de concombre
- Huile essentielle de lavande

- Charbon végétal
- Sucre fin
- Miel
- Vitamine E
- Argile rose, blanche ou verte

Pour le baume à lèvres :

- Beurre de karité
- Cire d'abeille



DÉMAQUILLANT DOUX POUR LES YEUX

Ingrédients

- 10 ml d'hydrolat de bleuet
- 10 ml d'huile d'argan
- 3 gouttes de vitamine E

Mélanger tous les ingrédients dans un bol à l'aide d'une petite cuillère ou d'un mélangeur. Mettre le tout dans un contenant fermé pour pouvoir le conserver le plus longtemps possible.

Appliquer à l'aide d'un coton doux sur les yeux pour procéder au démaquillage.

La vitamine E est un anti-oxydant naturel et est utilisée comme conservateur. L'hydrolat de bleuet purifie et apaise les yeux fatigués et tirillés après une longue journée.



GOMMAGE SUCRE ET LAVANDE

Ingrédients

- 2 cuillères à soupe de sucre fin
- 1 cuillère à soupe d'huile végétale de coco
- 2 gouttes d'huile essentielle de lavande ou lavandin

Mélanger tous les ingrédients ensemble jusqu'à obtention d'une pâte homogène.

Appliquer sur un visage propre et humide en faisant de petits mouvements circulaires.

Rincer abondamment à l'eau claire.

Attention à utiliser du sucre très fin pour ne pas irriter la peau.



MASQUE DÉTOX AU CHARBON



Ingrédients

- 1 cuillère à café de charbon végétal
- 2 cuillères à café d'aloé vera ou miel
- 2 cuillères à café d'hydrolat de bleuet

Mélanger tous les ingrédients ensemble jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Appliquer en couche épaisse sur le visage nettoyé en évitant le contour des yeux et des lèvres.

Laisser poser 10 à 15 minutes puis rincer abondamment à l'eau.

Vous pouvez remplacer l'aloé vera par du miel pour plus de douceur.

MASQUE APAISANT À L'ARGILE

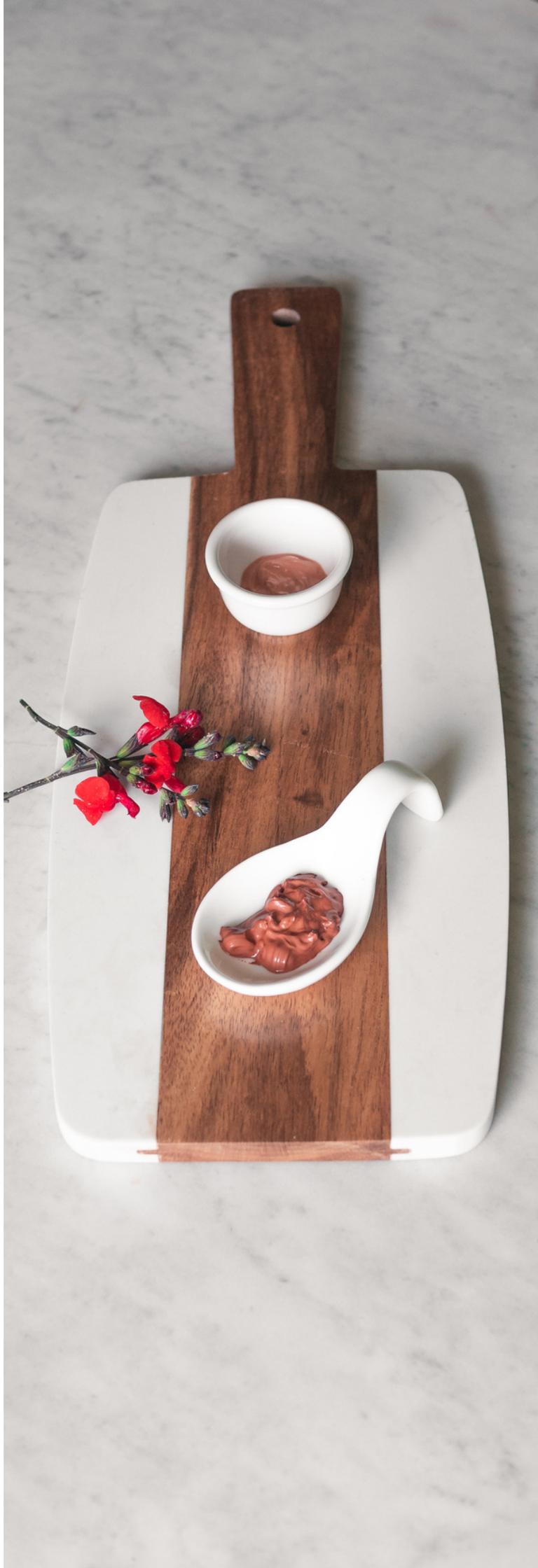
Ingrédients

- 1 cuillère à café d'argile rose
- 1 cuillère à café d'hydrolat de bleuet
- 1 cuillère à café d'huile d'argan
- 1 goutte de miel

Mélanger tous les ingrédients dans un bol à l'aide d'une petite cuillère en bois (afin de ne pas altérer les propriétés de l'argile).

Appliquer sur le visage propre en couche épaisse et laisser poser 10 minutes, puis rincer abondamment à l'eau claire. Vous pouvez appliquer ce masque 1 à 2 fois par semaine sur le visage.

Les proportions sont calculées pour une argile en poudre. Si vous utilisez une pâte d'argile, adaptez la recette en enlevant l'hydrolat et en doublant la dose d'argile. Vous pouvez remplacer l'argile rose par de l'argile blanche (peaux mixtes) ou verte (peaux normales).



EAU TONIQUE CONCOMBRE

Ingrédients

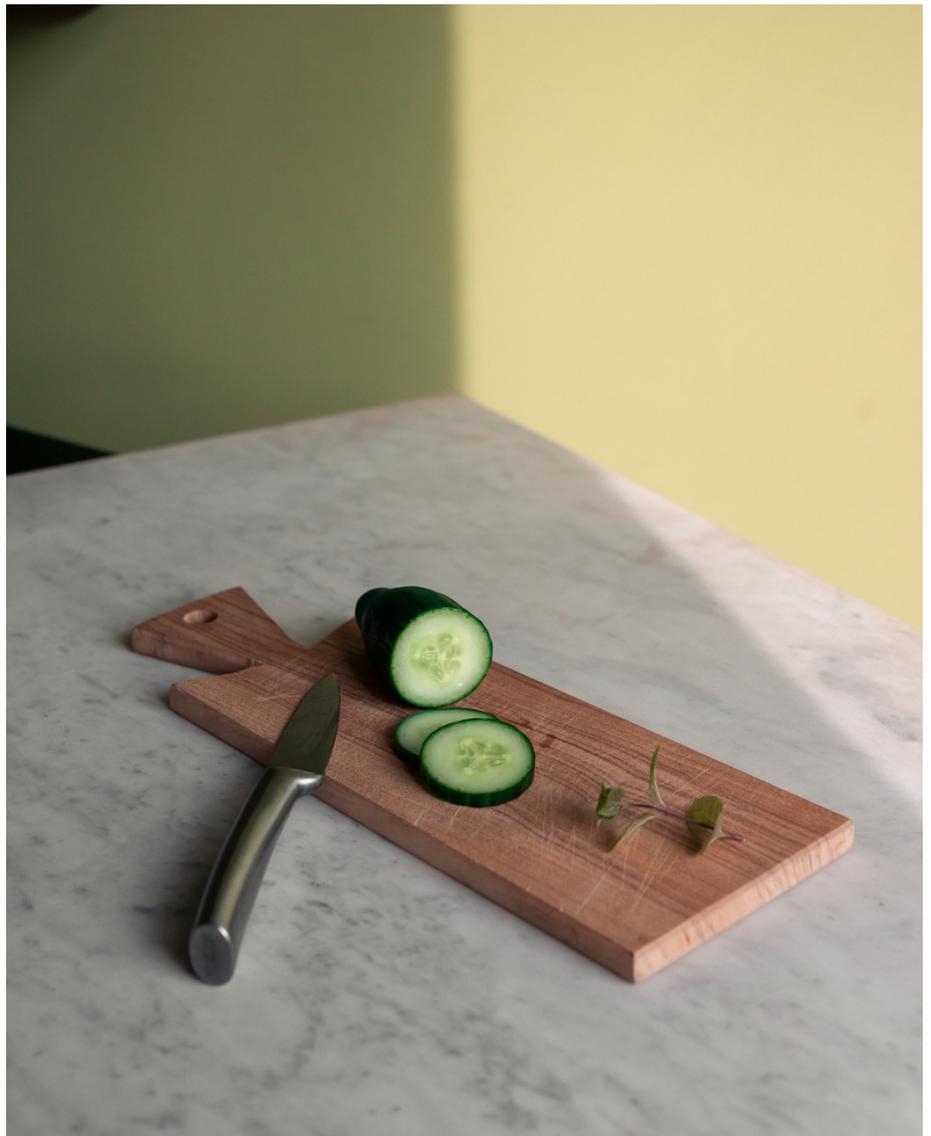
- 10 ml d'huile de pépins de concombre
- 25 ml d'hydrolat de bleuet

Mélanger l'huile et l'hydrolat ensemble.

Appliquer sur peau propre à l'aide d'un coton doux.

En complément de ses propriétés nourrissantes et tonifiantes, l'huile de pépins de concombre a une odeur rafraîchissante.

Cette eau tonique sera votre alliée idéale pour les matins difficiles.



BAUME À LÈVRES NOURRISSANT

Ingrédients

- 2 g d'huile végétale
Coco, jojoba ou argan
- 2,5 g de beurre de karité
- 1,5 g de cire d'abeille
- 1 goutte de vitamine E

Faire fondre le beurre de karité et la cire d'abeille au bain marie.

Lorsque tout a fondu, hors du feu, ajouter l'huile végétale et la vitamine E puis mélanger.

Verser dans un tube pour stick à lèvre ou dans un petit pot puis laisser refroidir.

Le mélange va durcir jusqu'à avoir une consistance de baume à lèvre.





Beautyfull green