

**Nom botanique :** Coco Nucifea

**Nom INCI :** Coco nucifera oil

**Qualité :** 100% pure et naturelle, vierge, première pression à froid, sans aucun traitement chimique.

**Culture :** Culture biologique certifiée par Ecocert

**Mode d'extraction :** Pression à froid de la pulpe fraîche

**Provenance :** Philippines

**Propriétés organoleptiques :**

- Aspect : solide à température ambiante
- Couleur : blanche
- Odeur : coco



## Huile de coco



### Principaux acides gras et constituants :

- Acide laurique - 50% > Émulsifiant au pouvoir lavant et à l'action anti-microbienne.
- Acide myristique - 20% > Émulsifiant au pouvoir nettoyant, lissant et regraissant.
- Omega 9 - 10% > Permettent de préserver l'élasticité de la peau et de renforcer l'efficacité des Oméga 6.
- Omega 6 - 2% > Permettent de stimuler la régénération cellulaire et de limiter la perte en eau de la peau.

### En savoir plus...

L'huile de coco est utilisée dans la fabrication traditionnelle du «Monoï de Tahiti», obtenu par macération de fleurs de tiaré pendant plusieurs jours dans de l'huile de coco. Les Polynésiens emploient cette préparation pour protéger la peau et les cheveux des effets néfastes du soleil et du sel marin.

### Principales propriétés cosmétiques :

- Protectrice
- Nourrissante
- Embellisseur capillaire

### Indications :

- Soins des peaux sensibles
- Soins des peaux sèches
- Soins des cheveux secs et dévitalisés

### Recettes Express :

- **Huile express protectrice**  
50ml d'HV de coco + 25ml d'HV de cameline + 25ml d'HE d'huile d'olive.
- **Soins express peaux sèches**  
70ml d'HV de coco + 29ml d'HV d'avocat + 30 gouttes d'HE de géranium rosat.
- **Soins express beauté des cheveux**  
99ml d'HV de coco + 30 gouttes d'HE d'ylang-ylang complète.

### Le coco côté petits maux...

- L'huile de coco soulage les coups de soleil.
- Soigne gerçures et crevasses.

### Le coco côté cuisine...

- Idéale avec les volailles pour des saveurs exotiques et notamment le fameux «poulet coco» (à consommer toutefois avec modération).

### Le saviez-vous ?

- L'huile de coco se solidifie en dessous de 20°C. Passer le flacon sous un filet d'eau chaude avant utilisation.

### Conservation :

Garder dans un récipient fermé, à l'abri de l'air et de la lumière, à température inférieure à 25°C.

### Précaution d'emploi :

Aucune contre-indication connue.



Type de recette : soin corps



Préparation



Coût



Difficulté

## Baume tentation coco & ylang

### Ingrédients :

- 42ml d'huile végétale de coco bio
- 54g de beurre de karité bio
- 20 gouttes d'huile essentielle d'ylang ylang complète bio
- 7 gouttes de vitamine E naturelle

### Matériel nécessaire :

- Un bol
- Un mini-fouet ou une petite cuillère à café
- Une balance de cuisine

### Flaconnage recommandé :

- Un pot de 100ml

### Mode opératoire :

- 1- Dans un bol, mettre le beurre de karité et l'huile végétale.
- 2- Faire chauffer au bain-marie.
- 3- Une fois les ingrédients fondus, retirer du feu, puis ajouter les gouttes d'huile essentielle et la vitamine E et remuer au mini- fouet.
- 4- Verser dans le pot puis laisser refroidir.

### Astuce :

Pour faciliter la prise en masse, mettre le baume 30 minutes au réfrigérateur.

### Conseil d'utilisation :

Appliquer sur l'ensemble du corps après la douche.

### Conservation :

4 mois maximum dans des conditions optimales de conservation (à l'abri de la chaleur et de l'humidité) et de préférence au réfrigérateur (compte tenu de l'absence de cire).

PETITS  
MAUX

### POUR TRAITER LES PEAUX SECHES ET IRRITEES :

- Dans un bol, mélanger 99ml d'huile végétale de coco avec 30 gouttes d'huile essentielle de bois de rose.
- Appliquer une fois par jour sur les zones concernées.



Les informations mentionnées sur ce document ne se substituent pas à un avis médical auprès des professionnels compétents de la santé. Demandez conseil à votre médecin ou votre pharmacien.