

Nom botanique : Sésame

Nom INCI : Sesamum indicum seed 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 des graines

Provenance : Mali commerce équitable

Propriétés organoleptiques :

- Aspect : liquide huileux fluide
- Couleur : jaune clair
- Odeur : odeur de noisette grillée



Principaux acides gras et constituants :

- Oméga 6 - 45% > Permettent de stimuler la régénération cellulaire et de limiter la perte en eau de la peau.
- Oméga 9 - 40% > Permettent de préserver l'élasticité de la peau et de renforcer l'efficacité des Oméga 6.
- Acide stéarique - 5% > L'acide stéarique est nourrissant.
- Acide palmitique - 10% > Préviennent l'oxydation des cellules.

Principales propriétés cosmétiques :

- Assouplissante
- Protectrice UV
- Anti-oxydante

Indications :

- Soins des peaux sèches et abîmées
- Soins de protection solaire
- Soins anti-rides

Recettes Express :

- **Soin express des mains**
99ml d'HV de sésame + 30 gouttes d'HE de citron.
- **Huile express de bronzage**
50ml d'HV de sésame + 24ml d'HV de jojoba + 25ml d'HV d'avocat + 30 gouttes d'HE de petit grain.
- **Soin express anti-rides**
33ml d'HV de sésame + 33ml d'HV de bourrache + 33ml d'HV d'onagre + 30 gouttes d'HE d'hélichryse italienne.

Le sésame côté petits maux...

- En application locale, elle apaise les brûlures, irritations et lutte contre la desquamation.
- En massage, elle soulage les douleurs rhumatismales.

Le sésame côté cuisine..

- L'huile de sésame est employée en assaisonnement de salades et plats froids, ou comme huile de friture.
- En mélange avec d'autres graisses, on en fait aussi de la margarine.

Le saviez-vous ?

En Inde, l'huile de sésame est traditionnellement employée comme huile tonique régénérante.



En savoir plus...

Le sésame est cultivé depuis au moins 4000 ans en Mésopotamie et 3000 ans en Chine.

Son importance en tant que ressource alimentaire a été considérable dans les civilisations anciennes.

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 précaution ou contre-indication connue.



Type de recette : Soins corps et visage



Préparation
(hors macération)



Coût



Difficulté

Huile bonne mine sésame et urucum

Ingrédients :

- 100ml d'huile végétale de sésame
- 1 à 2 cuillère(s) à café de poudre d'urucum (en fonction de l'intensité recherchée)
- 15 gouttes d'huile essentielle de carotte
- 7 gouttes de vitamine E

Matériel nécessaire :

- Deux bols
- Un mini-fouet ou une cuillère à café
- Une éprouvette ou un bol doseur

Flaconnage recommandé :

- Un flacon de 100ml

Mode Opérateur :

- 1- Faire macérer l'urucum dans l'huile végétale et ce pendant 5 jours, en remuant de temps en temps.
- 2- Filtrer (aucun filtre n'est normalement nécessaire, la décantation se faisant naturellement).
- 3- Ajouter les gouttes d'huile essentielle de carotte et la vitamine E.
- 4- Transférer dans le flacon.

Conseil d'utilisation :

Vous pouvez appliquer cette huile par petites touches sur l'ensemble du corps ou du visage, ou bien la mélanger à votre crème de jour.

Conservation :

6 mois maximum dans des conditions optimales de conservation (à l'abri de la chaleur et de l'humidité).

PETITS
MAUX

POUR TRAITER LES CHEVEUX ABIMÉS :

- Dans un bol mélanger 99ml d'huile végétale de sésame avec 30 gouttes d'huile essentielle de cèdre.
- Appliquez une fois par semaine, plusieurs heures avant le shampoing, sur toute la longueur du cheveu.

