



Type de recette : soin corps



Préparation



Coût



Difficulté

Baume fermenté à la criste marine

Ingrédients :

- 80ml de macérât de lierre bio
- 10g de cire de carnauba
- 10g de beurre de karité bio
- 20 gouttes de criste marine bio
- 10 gouttes d'huile essentielle d'hélichryse italienne bio
- 7 gouttes de vitamine E naturelle

Matériel nécessaire :

- Un bol
- Un mini fouët ou une petite cuillère
- Balance de cuisine
- Une éprouvette graduée

Flaconnage recommandé :

- Pot de 100ml

Mode opératoire :

- 1- Dans votre bol mettre le macérât, le beurre de karité et la cire de carnauba.
- 2- Mettre au bain-marie et remuer de temps en temps (la cire de carnauba est un peu longue à fondre).
- 3- Une fois tous les ingrédients fondus, retirer du feu et réserver 5 minutes.
- 4- Ajouter les gouttes d'huiles essentielles et la vitamine E, puis remuer une dernière fois.
- 5- Transvaser dans votre pot, tant que la préparation est encore liquide.

Conseil d'utilisation :

Appliquer sur les zones concernées 1 à 2 fois par jour.

Conservation :

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

PETITS
MAUX

POUR ATTENUER LES HEMATOMES :

- Mélanger 9 ml d'HV de macadamia avec 3 gouttes d'huile essentielle d'hélichryse.
- Incorporer le mélange dans un Roll-on de 10ml
- Appliquer le mélange sur la zone lésée 2 fois par jour, jusqu'à disparition.