



Type de recette : soin corps



Préparation



Coût



Difficulté

## Baume « jambes de gazelle »

### Ingrédients :

- 80g d'huile végétale de calophylle inophyle bio
- 4g de cire d'abeille bio
- 4g d'acide stéarique
- 10 gouttes d'huile essentielle de menthe poivrée bio
- 10 gouttes d'huile essentielle de citron vert bio
- 10 gouttes d'huile essentielle de cyprès bio
- 7 gouttes de vitamine E naturelle

### Matériel nécessaire :

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

### Flaconnage recommandé :

- Un pot de 100ml

### Mode opératoire :

- 1- Dans un bol, mettre les deux cires et l'huile végétale.
- 2- Une fois les ingrédients fondus, retirer du feu puis ajouter les gouttes des trois huiles essentielles, ainsi que la vitamine E puis remuer au mini- fouet.
- 3- Verser dans le pot et laisser refroidir.

### Astuce :

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

### Conseil d'utilisation :

Appliquer une petite noisette de ce baume sur les jambes, dans le sens du retour veineux.

### Conservation :

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

PETITS  
MAUX

### POUR TRAITER LA COUPEROSE :

- Dans un bol, mélanger 99ml d'huile végétale de calophylle inophyle avec 30 gouttes d'huile essentielle de lavande maillette.
- Appliquer le soir sur les zones concernées.

