



Type de recette : Soins mains



Préparation



Coût



Difficulté

## Crème visage «plume» pour peaux sensibles

### Ingrédients :

- 15ml de macérât huileux de calendula bio
- 30ml d'hydrolat aromatique de camomille bio
- 3g de cire émulsifiante Centifolia
- 3g de glycérine végétale
- 10 gouttes d'huile essentielle de camomille romaine bio
- 3 gouttes de vitamine E naturelle
- 10 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse bio

### Matériel nécessaire :

- Deux petits bols
- Un mini fouet ou une petite cuillère
- Une balance de cuisine
- Une éprouvette graduée ou un bol doseur

### Flaconnage recommandé :

- Un pot de 50ml

### Mode opératoire :

- 1- Mélanger dans le premier bol le macérât huileux avec la cire émulsifiante puis les faire chauffer au bain marie en mélangeant.
- 2- Mettre l'hydrolat ainsi que la glycérine dans le 2ème bol et les faire chauffer au bain marie.
- 3- Lorsque la cire est bien fondue, verser le mélange l'hydrolat/glycérine dans la phase huileuse en agitant vigoureusement pour former l'émulsion. Remuer de temps en temps jusqu'à complet refroidissement.
- 4- Ajouter les gouttes d'huile essentielle de camomille romaine, la vitamine E et l'extrait de pamplemousse et bien mélanger le tout.

### Conseil d'utilisation :

Appliquer le matin et le soir sur une peau bien nettoyée. Eviter le contour des yeux.

### Conservation :

2 mois maximum au réfrigérateur.

PETITS  
MAUX

### POUR SOULAGER LES COUPS DE SOLEIL :

- Dans un bol mélanger 39 ml de macérât de calendula, 30 ml d'HV d'olive, 30 ml d'HV de coco avec la synergie d'huiles essentielles suivante : 15 gouttes de lavande maillette + 15 gouttes de camomille sauvage.
- Appliquer le mélange sur les zones concernées, 2 fois par jour.