



Type de recette : soin visage



Préparation



Coût



Difficulté

## Lotion micellaire à la fleur d'oranger

### Ingrédients :

- 60ml d'hydrolat de fleurs d'oranger bio
- 30ml de gel moussant neutre bio Centifolia
- 10ml de glycérine végétale
- 20 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse bio
- 7 gouttes de vitamine E naturelle

### Matériel nécessaire :

- Un bol
- Un mini-fouet ou une petite cuillère
- Une éprouvette ou un bol doseur

### Flaconnage recommandé :

- Un flacon de 100ml

### Mode opératoire :

- 1- Mettre dans votre bol l'hydrolat, la base lavante et la glycérine.
- 2- Remuer soigneusement à l'aide du mini-fouet, ou de la petite cuillère.
- 3- Ajouter l'huile essentielle, l'extrait de pépins de pamplemousse et la vitamine E, puis remuer à nouveau.
- 4- Transvaser dans le flacon

### Conseil d'utilisation :

Appliquer le soir sur le visage, avec un peu d'eau.  
Rincer à l'eau claire, puis appliquez une huile végétale bio de votre choix.

### Conservation :

Deux mois maximum au réfrigérateur.

PETITS  
MAUX

POUR LUTTER CONTRE LES TROUBLES DU SOMMEIL :

- 1 cuillère à café dans un verre d'eau chaude ou froide.
- Prendre le soir avant d'aller se coucher.