



LA RECETTE DU GOMMAGE AU MARC DE CAFÉ

Cette recette vous est proposée par Camille



Afin d'économiser le papier, vous pouvez scanner et enregistrer ce document à l'aide de votre téléphone

INGRÉDIENTS

- 3 cuillères à soupe de marc de café
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de miel

PRÉPARATION

Faites couler le café et conservez simplement le marc du café.

Mélangez le marc de café, l'huile d'olive et le miel dans un récipient à l'aide d'un petit fouet. Et voilà, votre exfoliant est prêt!

Appliquez la préparation sur le visage et le décolleté en évitant le contour des yeux. Laissez poser dix à quinze minutes.

Massez doucement le visage de façon circulaire pour exfolier le grain de peau et enlever les peaux mortes. Rincez à l'eau claire.

Riche en vitamines et en antioxydants, le marc de café va tonifier et exfolier votre peau naturellement tout en douceur en éliminant les cellules mortes.

L'huile d'olive et le miel apporteront une bonne hydratation à votre peau. Le miel contient également des propriétés antiseptiques et régénérantes. Rien ne vous empêche de substituer l'huile d'olive par une huile d'amande douce.

N'oubliez pas de bien vous hydrater avec votre crème de jour habituelle.