

LEVNÁ DOMÁČÍ kosmetika z louky

Návrat k přírodě a kosmetika bez chemie je trendy. Nejúžasnější je, že si spoustu věcí můžete skoro bez nákladů vyrobit sama. Stačí jen na procházce natrhat bylinky.

Naše babičky a prababičky neměly moc možností, jak o sebe pečovat, takže jim nezbývalo, než si vyrábět vlastní kosmetiku. My sice můžeme v drogerii pořídit stovky produktů, ale čím dál častěji se ptáme, proč na sebe nanášet další chemii, a jestli není lepší zkrášlovat se přírodní cestou.

A tak jsme začaly trhat bylinky a u plotny z nich vařit nebo macerovat krémy, oleje, tonika a masky. Takhle si totiž užíváme dvakrát. Během přípravy, kdy nám kuchyň krásně voní, a pak při samotném aplikování kosmetiky. Vyzkoušejte některé recepty sama a uvidíte, že vám bude líp na duši i na těle.

Receptury pro krásu

KOPŘIVOVÁ MASKA

Je skvělá na suchou pokožku, což se v létě hodí dvojnásob. Natrhejte si čerstvé kopřivy a hodte je do odšťavňovače. Štávu z kopřiv pak smíchejte s medem a naneste na obličej a dekolt. Nechte působit dvacet minut a opláchněte vlažnou vodou.

MĚSÍČKOVÝ OLEJ

Uzavíratelnou sklenici naplňte zavadlými květy měsíčku zhruba do $\frac{3}{4}$ a zalijte zastudena lisovaným slunečnicovým olejem. Sklenici velmi pečlivě uzavřete, aby se do ní nedostal vzduch, a postavte na slunce. Čas od času protřepejte. Pokud je třeba,

dolijte olej tak, aby byly květy vždy ponořené. Po dvou týdnech sceďte přes plátno a skladujte v ledničce. Olej použijte jako noční sérum nebo tělový olej na suchou a citlivou pokožku.

ŘEBŘÍČKOVÁ MAST

Pomáhá proti kožním problémům a mírní záněty. Potřebujete půl šálku čerstvých bylinek a šálek bambuckého másla. Řebříček naložte do tuku, postavte do vodní lázně a zahřívejte asi hodinu. Pozor, nesmí vřít.

