

TONICO VISO PELLI IMPURE

Flowertales.it

Ingredienti:

Acqua: 250ml

Salvia, foglie, 5 grammi;

Lavanda, fiori, 5 grammi;

Timo, foglie, 5 grammi;

Ginepro, bacche, 5 grammi;

Limone, succo, 1 cucchiaio da tavola;

Camomilla, fiori, 3 grammi (opzionale).

Procedimento:

Per questa ricetta vanno bene sia erbe fresche che secche, mettete quindi la salvia, la lavanda, il timo, le bacche di ginepro e la camomilla (se l'avete) in un pentolino con 250 ml di acqua naturale e fate bollire per 5 minuti. Coprite e lasciate macerare per un paio di giorni. Aggiungete il succo di limone, filtrate e travasate in un contenitore apposito. Usate il tonico ogni sera dopo esservi lavati il viso oppure per fare degli impacchi di 20 minuti 2-3 volte la settimana.

Per pelli più mature potete sostituire la lavanda con il cerfoglio, perché ha proprietà rilassanti ed anti rughe e porta gli stessi benefici della lavanda, salvo il profumo. Usate il vostro tonico viso pelli impure fresco, fatene sempre poco per volta (250ml). Essendo una ricetta con unicamente erbe officinali e limone dobbiamo regolare il ph perché questo non aggredisca troppo il viso; consultate la nostra tabella del PH e aiutatevi con delle cartine tornasole per regolare il succo di limone affinché non alteri troppo il ph della vostra pelle.

Ti invitiamo a non stampare questa ricetta ma bensì a visualizzarla digitalmente, così risparmi inchiostro, energia e carta. Nel caso la stampa sia inevitabile abbiamo provveduto a un'impaginazione grafica e a una scelta cromatica che riduce al minimo l'utilizzo d'inchiostro. www.flowertales.it

