

# FANGO ANTICELLULITE

Flowertales.it

## Ingredienti:

Argilla verde (Solum Follonum): 100 gr.

Polvere di Alga bruna (Kelp) (per es. estratto di Fucus vesiculosus): 20 gr.

Sale marino iodato: 20 gr.

Caffeina: 3gr.

Acqua minerale o termale o infuso drenante (tipo di betulla): 200 gr.

Olio essenziale di salvia sclarea: 10 gocce

Olio essenziale di geranio: 10 gocce

## Procedimento:

In un tegame di terracotta, a fuoco molto basso (usate una retina spargi-fiamma), amalgamate l'argilla verde con 100 grammi di acqua o infuso da voi scelto. Una volta che l'argilla si è idratata evitando i grumi aggiungete altri 50 grammi di acqua o infuso e continuate a mescolare facendo bene attenzione di non spargere il preparato sulle pareti. Mescolate mentre l'acqua evapora e aggiungete gli ultimi 50 grammi del liquido da voi scelto. Continuando a mescolare, appena l'acqua si è distribuita omogeneamente, aggiungete un cucchiaio da tavola di sale marino integrale iodato: noterete che il vostro fango diventerà più cremoso e i grumi spariranno. Aggiungete poco a poco l'estratto di alga e mescolate ancora. Se l'acqua non dovesse bastare aggiungetene ancora, l'importante è che sia calda e poca alla volta (mezza tazza da caffè alla volta). Questo processo, se fatto con cura dura circa un ora e quindici/venti minuti, ma molto dipende dal fuoco, dal vostro recipiente e dalla vostra abilità. Il composto non deve mai scaldarsi troppo o bruciarsi. Ottenuto il fango della consistenza ottimale aggiungete 3 grammi di caffeina pura e gli oli essenziali (dopo aver distribuito bene la caffeina). Il fango va usato caldo sulla pelle, dopo una doccia o un bagno, lasciato seccare su di essa per circa 30 minuti, infine sciacquare con acqua calda.

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](http://www.flowertales.it)

