

FAIT MAIN AVEC NOBILIA

MASQUE NATUREL À L'AVOCAT



nobilia[®]



MATÉRIEL

- » Avocat
- » 1 c. à c. de miel
- » 1 c. à s. de yahourt
- » 1 c. à c. d'huile d'olive
- » Filet de lait
- » Bol

MASQUE NATUREL À L'AVOCAT FUE BOUFFÉE D'AIR FRAIS DANS LA SALLE DE BAINS

Dans la salle de bains, les meubles nobilia invitent à la détente, tout comme un masque maison à l'avocat pour prendre soin de soi ! Accordez-vous du temps chez vous et redonnez de l'éclat à votre teint. L'avocat possède des vertus hydratantes et protectrices pour la peau.

VOICI COMMENT FAIRE

- 01.** Coupez un avocat mûr en deux dans la longueur en gardant la lame contre le noyau. Prenez ensuite chaque moitié d'avocat dans une main puis tournez-les légèrement pour les séparer. Enlevez le noyau à l'aide d'une cuillère ou d'un couteau.
- 02.** Prenez une moitié d'avocat et râclez la pulpe avec une cuillère jusqu'à ce qu'il ne reste plus que la pelure. Conservez l'autre moitié au réfrigérateur et consommez rapidement.
- 03.** Écrasez la pulpe d'avocat en purée dans un bol à l'aide d'une fourchette ou d'un mixeur.
- 04.** Ajoutez ensuite le miel, le yahourt, l'huile d'olive et le lait et mélangez.
- 05.** Il suffit ensuite d'appliquer le masque. Nettoyez au préalable votre visage. Le masque peut être appliqué avec un pinceau ou simplement avec la main en évitant toutefois le contour des yeux.
- 06.** Laissez agir ensuite env. 15 minutes puis rincez à l'eau tiède. Le cas échéant, vous pouvez ensuite terminer votre soin en appliquant votre crème habituelle.

CONSEIL :

Pour reconnaître un avocat mûr, c'est simple : appuyez légèrement, s'il est souple au toucher, il est à point. S'il est dur, vous devrez encore patienter quelques jours.