

FAIT MAIN AVEC NOBILIA

SEL DE BAIN MAISON

nobilia[®]



MATÉRIEL

- » 2 tasses de sel marin
- » 2 c. à s. de bicarbonate de soude
- » 1 c. à s. d'huile végétale (par ex. olive, coco, amande)
- » Huile essentielle
- » Pochette ou bocal en verre hermétique
- » Facultatif : 1 c. à s. de fleurs séchées ou de plantes médicinales

SEL DE BAIN MAISON

UN MOMENT RELAXANT DANS LA SALLE DE BAINS

Votre salle de bains est prête pour un moment de relaxation dans un bon bain d'eau chaude. Qu'est-ce qu'il manque ? Un sel de bain qui embaume votre refuge personnel pour vous aider à oublier le temps et à évacuer le stress. Voici une idée recette pour un sel de bain maison personnalisé !

VOICI COMMENT

- 01.** Pour votre sel de bain maison, vous pouvez utiliser toutes les sortes de sel.
- 02.** Si vous le souhaitez, vous pouvez broyer le gros sel dans un mortier. Verser le sel dans un bol.
- 03.** Ajouter l'huile végétale de votre choix.
- 04.** Ajouter 5 à 10 gouttes d'huile essentielle selon l'intensité souhaitée. Selon l'effet recherché, optez pour une huile essentielle de lavande, d'eucalyptus, d'arbre à thé ou de rose. Bien mélanger !
- 05.** Vous pouvez préparer le sel de bain à l'avance et le laisser reposer toute la nuit pour que le sel s'imprègne des huiles.
- 06.** Pour finir, ajouter encore 2 c. à s. de bicarbonate de soude et, le cas échéant, des pétales de roses, du romarin, de la sauge ou de la lavande.
- 07.** Bien mélanger et verser le sel dans un joli bocal en verre ou dans une pochette en toile de jute.

VOTRE SEL DE BAIN MAISON EST PRÊT POUR UNE SOIRÉE COCOONING PARFAITE !