

Маска домашнего приготовления



Страница статьи: <https://www.yournutrition.ru/articles/maska-domashnego-prigotovleniya/>

Состав омолаживающей маски для лица

- 1 столовая ложка перемолотого в кофемолке зеленого чая
- 1/2 столовой ложки какао-порошка
- 1 чайная ложка жидкого меда
- кипяченая горячая вода (80С)

Смешайте зеленый чай (можно также выпотрошить чай из пакетика, где он, как правило, уже перемолот) с порошком какао и залейте горячей водой до образования густой несколько суховатой кашицы.

Дайте получившейся массе остыть до приятной для кожи лица температуры и добавьте к маске мед, если маска получилась слишком густой, разбавьте ее водой или растительным маслом.

Также в маску можно добавить несколько капель вашего любимого эфирного масла, лимонный сок, натуральный йогурт, сливки, сметану, оливковое или миндальное масло,

масляной раствор витамина Е и другие компоненты, которые нравятся вашей коже и хорошо сочетаются с шоколадом и зеленым чаем.

Все тщательно перемешайте до сравнительно однородного состояния и наложите готовую маску на чистую слегка влажную кожу.

Через 20 минут маску смойте прохладной водой и нанесите на лицо легкий увлажняющий крем.

Курс омолаживающих масок

Делайте такую маску через 3-4 дня в течение 6-8 недель (состав можно менять), затем, для поддержания эффекта, 1-2 раза в неделю или замените ее другой маской с антивозрастным эффектом.