

# Mes p'tites recettes

## #LAIT CORPOREL

### INGRÉDIENTS



60 ML D'EAU



25 ML D'HUILE(S) VÉGÉTALE(S)



2 CUILLÈRES À CAFÉ DE CIRE ÉMULSIFIANTE 100 % VÉGÉTALE (10G)

### RECETTE

1. METTEZ TOUS LES INGRÉDIENTS AU BAIN MARIE
2. REMUEZ LENTEMENT JUSQU'À CE QUE LA CIRE SOIT FONDUE
3. RETIREZ LE MÉLANGE DU BAIN MARIE ET PLACEZ LE RÉCIPIENT AVEC LA PRÉPARATION DANS DE L'EAU FROIDE. LA CRÈME PRENDRA SA CONSISTANCE DÉFINITIVE EN REFROIDISSANT.

VOTRE LAIT CORPOREL EST PRÊT !



## Les conseils de Claire

Stockez la crème au frigo et l'utiliser dans les 2 semaines maximum. L'eau peut être remplacée par une infusion de plantes, par de l'eau florale ou par du gel d'aloe vera.

Vous pouvez remplacer en partie ou totalement les huiles végétales par des beurres végétaux (Karité, avocat, mangue...)

Retrouvez mes p'tites recettes sur [lochessudtouraine.com](http://lochessudtouraine.com)

Service Déchets Ménagers

57 rue Quintefol, 37600 Loches - 02 47 92 97 83  
[dechets@lochessudtouraine.com](mailto:dechets@lochessudtouraine.com)



# Mes p'tites recettes

#GOMMAGE

## INGRÉDIENTS



2 CUILLÈRES À SOUPE D'HUILE (OLIVE, AMANDE DOUCE, ARGAN...)



2 CUILLÈRES À CAFÉ D'AGENT GOMMANT NATUREL  
(GROS SEL, SUCRE, MARC DE CAFÉ, POUDRE D'AMANDE, NOIX DE COCO, SABLE...)



1 CUILLÈRE À SOUPE DE MIEL

## RECETTE

1. MÉLANGEZ L'ENSEMBLE DES INGRÉDIENTS
2. TRANSVASEZ DANS UN RÉCIPENT

VOTRE GOMMAGE NATUREL EST PRÊT !



## Les conseils de Florine

Conservez le gommage au frigo quelques jours, bien mélanger la préparation avant l'utilisation.

Le gommage s'effectue une fois par semaine et se rince à l'eau tiède.

Retrouvez mes p'tites recettes sur [lochessudtouraine.com](http://lochessudtouraine.com)

Service Déchets Ménagers

57 rue Quintefol, 37600 Loches - 02 47 92 97 83  
[dechets@lochessudtouraine.com](mailto:dechets@lochessudtouraine.com)

