

Une petite envie de chouchouter votre corps avec l'arrivée des beaux jours ? Nous vous avons concocté quelques recettes beauté ultra gourmandes qui pourraient bien vous aider à ressortir vos jupes et à vous préparer aux baignades estivales !

C'est le moment de faire peau douce et détacher vos cheveux. Avant l'exposition au soleil, rien de tel que de les nourrir et de les hydrater. Le chocolat et le cacao sont à l'honneur. Ils sont des antioxydants puissants qui luttent contre les radicaux libres et le vieillissement de nos cellules. Ils sont aussi d'excellents anti-cellulite ! On vous laisse à votre atelier beauté et ses petites astuces !

Pour un visage mieux hydraté

Prenons soin de nos frimousses. A la sortie du printemps, il est bon de prendre quelques minutes pour s'accorder un peu de douceur avec ce masque simple et nourrissant !

Les ingrédients

- 8 carrés de nos [napolitains noir Bio Le Saint Chocolat](#)
- 1 cuillère à café d'huile de jojoba (cette huile a la particularité d'avoir un PH équivalent à la peau, elle est donc absorbée et ne laisse aucune pellicule grasse)
- 1 cuillère à café d'huile d'amande douce ou d'argan

Bonus : si vous voulez hydrater votre peau en plus de la nourrir, vous pouvez ajouter 1 cuillère à soupe d'aloé vera en gel.

Recette

1. Faire fondre les [napolitains](#) au bain-marie à feu doux. Il est très important que le chocolat ne chauffe pas trop. Cela lui permet de garder ses principes actifs.
2. Ajouter les cuillères d'huiles de jojoba et d'amande douce.
3. Mélanger délicatement jusqu'à obtenir une texture homogène et lisse.
4. Appliquer le masque tiède sur le visage (attention, laisser refroidir suffisamment pour que la peau du visage ne soit pas brusquée par la chaleur du chocolat, mais pas trop non plus pour éviter que le chocolat ne se solidifie).
5. Laisser reposer 15 à 20 minutes.
6. Rincer à l'eau fraîche pour un effet repulpant.

Les bénéfices : une peau nourrie et une meilleure résistance aux premiers soleils. Attention, cela ne remplace pas une crème de protection anti UV.

Pour une peau toute douce

Un gommage exfoliant pour le corps, rien de tel pour se revigorer ! Vous sortirez de la salle de bain avec une peau neuve et soyeuse !

Les ingrédients

- 3 cuillères à soupe de sucre blanc ou brun
- 4 cuillères à soupe de marc de café de La Maison du Bon Café
- 3 cuillères à soupe d'huile de colza
- 4 cuillères à soupe de poudre de [chocolat tradition bio Le Saint Chocolat](#)

Recette

1. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients jusqu'à obtenir une pâte uniforme.
2. Appliquer le gommage avec un gant de toilette sur votre peau.
3. Effectuer en mouvement circulaire sur l'ensemble du corps, puis rincer. Inutile de frotter trop fort, la peau n'a pas besoin d'être décapée pour se débarrasser des impuretés et cellules mortes.

Les bénéfices : le mélange du cacao, du café et du sucre crée un effet gommant naturel. A renouveler une fois par mois pour une belle peau. N'oubliez pas de vous hydrater après le gommage !

Pour des cheveux en pleine forme

Entre les rayons du soleil, l'eau de mer et des piscines, le vent..., les cheveux souffrent de sécheresse en été. Ce masque tout simple sera parfait pour nourrir, hydrater et renforcer nos crinières !

Les ingrédients

- 1 banane (au pouvoir adoucissant)
- 2 c. à soupe de [poudre de chocolat tradition Le Saint Chocolat](#) (stimule la circulation sanguine, apporte de la brillance, nourrit et apaise le cuir chevelu)
- 2 c. à soupe miel (régénère le cuir chevelu, l'hydrate et l'apaise)
- 2 c. à soupe d'huile d'avocat (booste la croissance du cheveux et le nourrit) ou d'amande douce (pour nourrir et réparer)

- 1 yaourt entier au lait de vache (hydrate et répare le cheveu)

Recette

1. Dans un bol, écraser la banane à l'aide d'une fourchette.
2. Ajouter le cacao, le miel, l'huile d'avocat, puis incorporer le yaourt.
3. Appliquer le masque sur cheveux secs en massant le cuir chevelu.
4. Entourer vos cheveux dans du film cellophane, et doubler d'une serviette pour que la préparation chauffe naturellement sous la serviette.
5. Laisser poser 30 minutes minimum et au mieux 1h30.
6. Rincer à l'eau tiède puis effectuer un shampoing doux.

Astuce : vous pouvez utiliser une eau de rinçage citronnée pour plus de brillance. Le cacao a un pouvoir colorant naturel : à long terme, il peut foncer les cheveux. En utilisation régulière, il sera particulièrement adapté pour donner de jolis reflets chocolat aux cheveux bruns !

Au-delà des soins, n'oubliez jamais de renouveler l'application de votre crème solaire régulièrement en été. Ne vous exposez pas pendant les heures les plus chaudes (entre 12h et 16h). Un geste important pour préserver le capital jeunesse de votre peau : elle vous en remerciera ! Nous vous souhaitons un bel été !

Articles similaires



DIY cosmétiques : *Nos recettes beauté à base de cacao pour l'été*

**Comment bien
préparer sa rentrée ?
Nos conseils**

**Recette
rafraîchissante: Café
glacé au caramel**

**Recette salé, poulet
aux agrumes**