

Оранжевое солнце

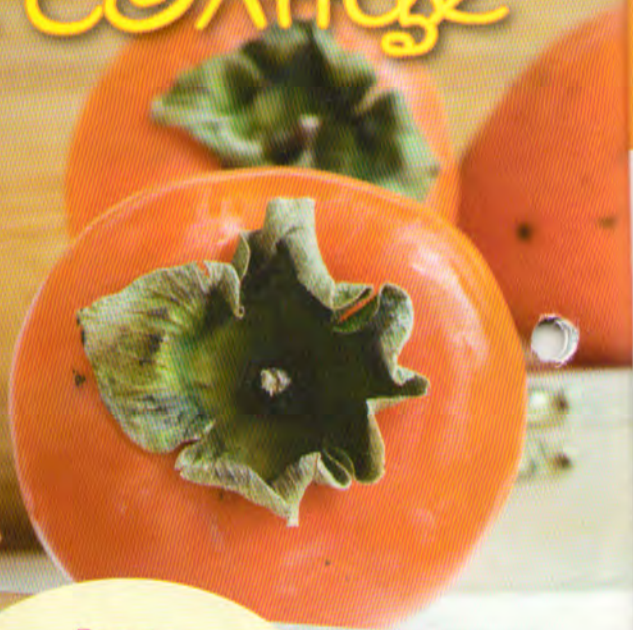


Фото: И. Погодиной

Бонусы

Плоды хурмы богаты антиоксидантами – витаминами С, Е и бета-каротином, а также такими микроэлементами, как калий, фосфор, железо, натрий, магний, кальций, селен и йод. Все они отлично восстанавливают, питают кожу и волосы и защищают их от негативного воздействия морозной погоды.

Яркая оранжевая хурма одним своим видом поднимает настроение. А еще эти сочные, сладкие плоды содержат массу витаминов и микроэлементов, которые полезны не только для здоровья, но и красоты. Лови наши beauty-рецепты и бегом на кухню – колдовать над волшебной ягодой.

Восстанавливающая маска для сухой обветренной кожи

Возьми самую спелую и красивую хурму и разрежь ее пополам. Одну половинку скушай, а вторую очисти от кожуры, достань косточки и как следует разомни вилкой мякоть. Потом добавь к ней мед, сливки, масло и тщательно перемешай. Нанеси маску на чистую кожу, избегая области вокруг глаз. Подожди 20 минут, а затем умойся теплой водой и воспользуйся кремом.

Ингредиенты:

- половинка хурмы;
- 1 ч. ложка меда;
- 1 ст. ложка сливок;
- 1 ч. ложка оливкового масла.



Тебе понадобится:

- * сочная спелая хурма;
- * керамическая, стеклянная или пластиковая мисочка;
- * кулинарный термометр;
- * пластиковая вилка;
- * кисточка для нанесения;
- * ватные диски или целлюлозный спонж для снятия маски;
- * чистое полотенце.

Питательная маска для волос и кожи головы

Сначала надо подготовить дрожжи, чтобы они стали активными и помогли хурме сделать твои локоны сильными и блестящими. Итак, вскипяти воду, налей в небольшую мисочку и остуди до 36–40° (для определения температуры используй кулинарный термометр). Залей теплой водой дрожжи, оставь их на полчаса, чтобы они «забродили». После сними с хурмы кожуру, вынь косточки и сделай из мякоти пюре. Добавь к нему сначала дрожжи, а затем масло, все хорошо перемешай. Нанеси маску на кожу головы и волосы. Замотай их полиэтиленовым пакетиком, а сверху сооруди чалму из махрового полотенца. Походи, как падишах, 30 минут, а потом тщательно смой маску и помой голову мягким шампунем.

Ингредиенты:

- две самые красивые и зрелые хурмы;
- 1 ч. ложка масла арганы (можно заменить касторовым, репейным, льняным, миндальным или оливковым маслом);
- теплая кипяченая вода;
- 1 ст. ложка хлебопекарных дрожжей.

