

RICETTE PER I RIMEDI NATURALI

- Problemi di reumatismi, articolazioni e muscoli.
Impacchi di patate: grattugiare una patata cruda e mescolarla con un po' di latte e applicarla come un normale impacco sulla zona dolorante.
- Sciroppo per tosse secca.
Tagliare un ravanello a fettine sottili e metterlo a strati alternati con lo zucchero in un barattolo, lasciarlo macerare. Il liquido che si formerà deve essere somministrato in misura di 3 cucchiaini al giorno.
- Rimedio contro i calli.
Pestare due spicchi di aglio e mescolarli con un filo di olio di oliva, mettere l'impasto tra due garze e applicarlo per tutta la notte sul callo, precedentemente ammorbidito con un lungo pediluvio. Ripetere ogni sera fino alla guarigione.
- Per eliminare le impurità del viso.
Ingredienti: Olio d'oliva + farina integrale. Preparazione: Amalgamare in una scodellina l'olio d'oliva e la farina d'avena e stendere sul viso. Massaggiare per 2 minuti, con movimento rotatorio dei polpastrelli, soprattutto su mento, fronte, gote e naso. Levare il composto con una spugna inumidita, passare un tonico e poi mettere la crema idratante.
- Maschera per pelli secche.
Ingredienti: 1/2 vasetto di yogurt intero e 1/2 bicchiere di miele.
Preparazione: Mescolare insieme lo yogurt e il miele. Applicare il composto sul viso (lasciando gli occhi scoperti) e lasciare in posa per 15 - 20 minuti. Togliere la maschera con una spugna inumidita e risciacquare il viso con acqua tiepida.
- Ricostituente.
Una carota grattugiata, un cucchiaino di olio d'oliva, il succo di mezzo limone e un pizzico di sale.