

Ванны

Медово-молочная ванна

Этот рецепт происходит из Франции. С помощью молочной ванны с медом получают мягкую, нежную кожу и блестящие плечи. На одну ванну берут примерно 1 л молока и кофейную чашку пчелиного меда. Молоко слегка подогревают и растворяют в нем мед. Как только мед полностью растворился, смесь выливают в ванну с водой. Мед полностью растворится в молоке и в воде, т.е. не стоит переживать, что на коже может остаться липкая медовая пленка.

Молочно-медовая ванна с солью

Этот рецепт происходит из XVII столетия. На ванну требуется 500 г поваренной соли (для расшлаковки кожи), 1 л молока и чашка меда. Соль засыпают в сухую ванну и заливают горячей водой, чтобы она могла раствориться. Между тем нагревают молоко и растворяют в нем мед. Затем молоко с медом выливают в горячую воду.

Восточная ванна

1 л молока и чашку пчелиного меда растворяют в ванне с теплой водой. Туда же добавляют 2 ст. ложки пыльцы и ароматных эссенций на выбор. Натуральные масла из различного сырья можно приобрести в биомагазине: амбра, гвоздика, сандал, пачули, орхидея или роза столотная. Несколько капель достаточно. Кроме прекрасного аромата в ванне присутствуют биологически активные вещества, такие как белки, жиры, углеводы, витамины, минералы, гормоны и микроэлементы. Ванна освежает и возвращает утраченную энергию. Ароматные вещества дезодорируют естественным образом, и вредные спреи становятся ненужными.

Ванна с травами

Липовый цвет, ромашка, мята перечная, розмарин, фенхель, сенная труха, лаванда и шалфей, каждого по полпригоршни, заливают кипятком, закрывают и настаивают в течение часа. Затем жидкость сцеживается в ванну с теплой водой, в которой растворено 1,5 чашки меда. Эта ванна оказывает оживляющее действие на кожу, стимулирует кровоснабжение и очищает поры.

Литература: Хорн Х. Все о мёде: производство, получение, экологическая чистота и сбыт. - М.: АСТ: Астрель, 2007.

© Гришин Михаил, 2014 г., mail@grishinmv.ru, <http://www.medoviy.ru>