Утренняя маска перед умыванием

Кожу лица протереть ватным тампоном, смоченным в любом растительном масле. 1 ст. ложку сметаны или простокваши смешать с 2 ст. ложками березового сока и добавить 1 ч. ложку меда. Перемешав, нанести на кожу лица и переднюю поверхность шеи. Через 10-15 минут умыться холодной водой. Вместо березового сока можно использовать отвар мяты, а при кожном зуде — настой календулы, ромашки или подорожника.

_____

Литература: Гребенников Е.А. Все о меде. - Мн.: Книжный дом, 2005. http://www.interpres.ru/ Интерпрессервис

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