

# De A à Z, le gommage corporel

*Le gommage au sucre est un exfoliant naturel idéal. Il rend la peau douce et révèle l'éclat du teint.*

## Composition :

- 100 g de sucre ou marc de café
- 50 ml d'huile végétale (abricot, olive, pépin de raisin, noix, coco)
- 5 gouttes d'huile essentielle (lavande, tea tree, grenade, rose de Damas, camomille romaine)
- 1 goutte de vitamine E pour éviter que l'huile ne rancisse (facultatif si vous réalisez le gommage par petite quantité)

## Préparation :

Dans un bol, ajoutez le sucre, les huiles et mélangez. C'est fini !

Appliquez la préparation et gomez en réalisant des cercles sur votre corps, puis rincez à l'eau tiède. Réalisez le gommage une fois par semaine sur le corps.