

Domácí peeling z medu a cukru



Potřebaovat budeme:

- 2 lžíce tekutého medu
- 2 lžíce (třtinového) cukru

Postup:

Do mističky **nasypeme cukr a zalijeme medem**. Důkladně promícháme. Pokud je směs příliš řídká a teče, přidáme cukr, pokud je naopak moc hustá a drolí se, přidáme trošku medu.

Peeling aplikujeme na celé tělo i obličej ve sprše, vmasírujeme a **teplou vodou smyjeme**. Poté můžeme chvíli **střídat ledovou a horkou vodu**. Díky tomu se naše pokožka skvěle prokrví a bude hladká a růžová, zkrátka jako nová.

Nezapomeneme **po osušení použít hydratační krém**. Peeling můžeme aplikovat **každé dva týdny** nebo jednou za měsíc. Nedoporučujeme na citlivou pleť a ekzémy.