

rebost

VEP!
Com anam?

Remeis amb Àloe Vera

*MOUSSE D'ÀLOE VERA:

MATERIALS:

- 1 parell de fulles fresques d'àloe vera

PROCEDIMENT:

- Xaparem la part de baix, els laterals i la punta de la fulla d'àloe vera i, llavor, llevarem i descartarem la pell verda i n'extraurem la polpa.
- En tenir polpa fresca d'àloe a bastament, la passarem per la batedora tota sola i així obtindrem una mascareta facial. Amb una batuda més llarga i afegint-hi un poc d'aigua tendrem una mousse per curar ferides i cremades.
- Aquesta mousse també és beneficiosa per combatre les nafres de la boca, cremades solars, cicatritzar ferides, per a la curació de la psoriasi i com a tractament hidratant d'ús diari.

*SUC D'ÀLOE VERA I FRUITES:

MATERIALS:

- ½ meló, polpa fresca d'àloe vera i ½ tassó d'aigua

PROCEDIMENT:

- Simplement, hem de batre tots els ingredients plegats.
- Beure diàriament un tassó d'aquest suc proporciona nombrosos beneficis per la nostra salut: regula la pressió arterial, cura les inflamacions intestinals, enforteix el sistema immunològic i afavoreix la regulació de sucre en la sang.

