



LISA CASALI

Crea le tue maschere
di bellezza naturali

Crea tus mascarillas
de belleza naturales



VISITA IL SITO • VISITA EL SITIO

www.succovivo.imetec.com

IMETEC



Via Piemonte, 5/11 > 24052 Azzano S. Paolo (BG) Italy
Tel. +39 035.688.111 > Fax +39 035.320.149 > www.imetec.com

IMETEC SuccoVivo PRO
2000

RICETTARIO

Crea le tue maschere di bellezza naturali

a cura di Lisa Casali

IT Premessa _____	4
L'autrice _____	5
Maschere fai da te per una bellezza naturale _____	6
Il filtro Beauty _____	8
Ingredienti e benefici _____	8
Ingredienti _____	9
Ingredienti aggiuntivi _____	15
Guida all'utilizzo dei trattamenti Beauty _____	18
Maschere per la pelle di viso e collo _____	20
Impacchi per i capelli _____	22
Scrub ed esfolianti per viso e corpo _____	24
Trattamento per la pelle e le unghie di mani e piedi _____	26
Bibliografia e fonti _____	52

RECETARIO

Crea tus mascarillas de belleza naturales

con Lisa Casali

ES Introducción _____	28
La creadora _____	29
Máscaras caseras para una belleza natural _____	30
El filtro Beauty _____	32
Ingredientes y beneficios _____	32
Ingredientes _____	33
Ingredientes adicionales _____	39
Guía para el uso de los tratamientos Beauty _____	42
Mascarillas para la piel del rostro y del cuello _____	44
Mascarillas para el cabello _____	46
Scrub y exfoliantes para rostro y cuerpo _____	48
Tratamiento para la piel y las uñas de las manos y los pies _____	50
Bibliografía y fuentes _____	52

SuccoVivo trasforma frutta e verdura in maschere di bellezza naturali

Questo ricettario è firmato da Lisa Casali che collabora con Imetec come esperta di cucina sostenibile e amante della sana alimentazione.

Il nuovo estrattore professionale Imetec SuccoVivo Pro 2000 è dotato dell'innovativo filtro Beauty che trasforma frutta e ortaggi in maschere di bellezza naturali.

Per questo ricettario, Lisa Casali ha creato e testato 12 ricette per autoprodurre a casa propria in modo semplice, trattamenti naturali per la bellezza e il benessere. Lisa vi propone maschere, esfolianti e scrub per il viso adatti ai diversi tipi di pelle, peeling per il corpo, impacchi per capelli per renderli più sani e luminosi e trattamenti per pelle e unghie di mani e piedi. Ma non solo, Lisa vi fornisce preziosi consigli sugli ingredienti da utilizzare con un occhio di riguardo al risparmio e alla riduzione degli sprechi!



LISA CASALI

Sono una scienziata ambientale esperta di cucina sostenibile. La mia vita è cambiata una sera grazie a un carciofo che mi ha aperto gli occhi su quanto cibo sprechiamo ogni giorno e sui tanti paradossi che riguardano il cibo. Da quella sera non ho più smesso di sperimentare e promuovere le mie idee attraverso le pagine del mio blog Ecocucina, di numerosi libri, e con programmi radio e tv. Sono convinta sia possibile, e non poi così difficile, coniugare benessere, sostenibilità e salute e che valorizzare al massimo e al 100% frutta e ortaggi possa esserci di grande aiuto per vivere bene a lungo. Sperimentando come ridurre gli sprechi, ho messo a punto tante ricette che valorizzano la polpa di scarto dell'estrattore, trasformandola in ottimi piatti per ogni occasione. Una sera di qualche mese fa, dopo

essermi preparata un estratto con Imetec SuccoVivo prima di andare a dormire, mi sono guardata allo specchio, avevo il viso spento e stanco e mi sono detta, "ma se i tanti benefici di frutta e ortaggi fossero gli stessi sia assunti nell'alimentazione che applicati sulla pelle?" In quell'estratto avevo messo mela, carota, zenzero, sedano. Il succo era buonissimo e dissetante e se anche la polpa di scarto applicata sulla pelle avesse avuto effetti benefici? Non ci pensai due volte, mi stesi sul divano e applicai quella polpa sul viso. Chiusi gli occhi per una decina di minuti, quando li riaprii mi sentivo già meglio. Tolsi la polpa in eccesso, sciaccai il viso e mi guardai allo specchio. La pelle era visibilmente più luminosa e con un aspetto più riposato. Da quel momento cominciai a studiare e sperimentare i benefici beauty di alimenti come frutta, ortaggi, semi oleosi e frutta a guscio. Questo ricettario è il frutto di quella sperimentazione, un primo assaggio di tutto quello che possiamo fare per la nostra bellezza, grazie a Imetec SuccoVivo, in modo economico, salutare e sostenibile partendo da pochi semplici ingredienti.

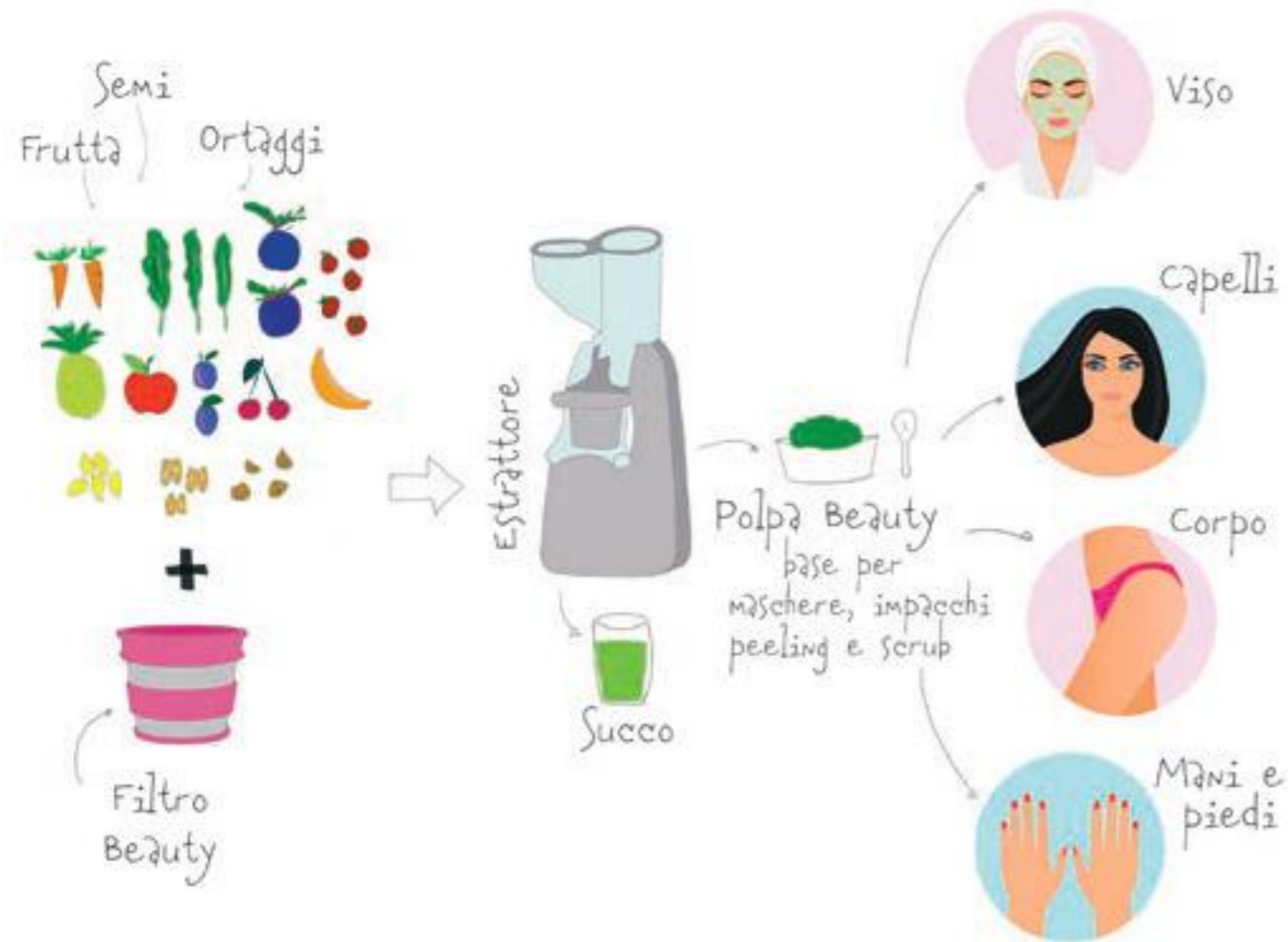
Lisa Casali



www.lisacasali.it

Avete mai pensato di fare a casa con ingredienti semplici, economici e naturali prodotti per la bellezza e il benessere del corpo? Con l'estrattore Imetec SuccoVivo Pro 2000 è davvero facile, i risultati sono fantastici e si risparmia.

Frutta, ortaggi, spezie e altri ingredienti che fanno parte della nostra alimentazione hanno benefici non solo per la nostra salute ma anche per la bellezza della pelle e dei capelli, perché nutrono, idratano, contrastano l'invecchiamento e ci donano benessere.



Con Imetec SuccoVivo Pro 2000, potete preparare ogni giorno, succhi, latte vegetale, salse, sorbetti e granite e da oggi anche prodotti per il corpo, grazie all'innovativo filtro Beauty. Con questo filtro potete infatti trasformare in pochi secondi semplici ingredienti come frutta e ortaggi in maschere di bellezza pronte per essere applicate. La consistenza che otterrete è infatti cremosa e consistente, perfetta per l'applicazione su pelle e capelli.



VISO

Maschere, esfolianti e scrub per il viso. A seconda degli ingredienti usati potete preparare maschere idratanti, nutrienti, lifting e purificanti. Per una pelle più liscia e luminosa potete invece preparare esfolianti delicati a base di frutta e bicarbonato o fondi di caffè oppure scrub con zucchero di canna.



CAPELLI

Potete preparare diversi tipi di impacchi per capelli sfibrati, secchi, grassi, opachi per renderli più belli, sani, nutriti e luminosi. La base è la polpa Beauty a cui aggiungere a seconda del risultato desiderato aceto di mele, olio d'oliva extravergine, miele e altro.



CORPO

Sul corpo potete sperimentare vari tipi di peeling o scrub, a base di frutta e ortaggi, con sale grosso, zucchero di canna, olio d'oliva extravergine, aceto di mele, yogurt, miele per una pelle più morbida, liscia e luminosa. Se amate il bagno nella vasca potete anche provare dei sali da bagno fruttati a base di polpa Beauty e sale grosso.



MANI e PIEDI

Sperimentate maschere per pelle e unghie più belle e forti. Sia per le mani che per i piedi, la base è frutta e ortaggi, con l'aggiunta di miele, bicarbonato, zucchero di canna a seconda dell'utilizzo desiderato.

Il filtro Beauty è stato studiato per ottenere due risultati:

- un succo pronto da gustare, estratto di frutta, ortaggi e semi con benefici per tutto l'organismo grazie all'alta concentrazione di vitamine, fibre e antiossidanti;
- la Polpa Beauty che con l'aggiunta di pochi, semplici ingredienti si trasformerà in maschere, impacchi, scrub, esfolianti, per una pelle più morbida e liscia e capelli più belli.



Con il filtro Beauty:

- si risparmia grazie al recupero delle parti meno nobili e all'autoproduzione di maschere, impacchi e scrub;
- si possono godere dei benefici per il vostro benessere e la vostra bellezza a 360° grazie ai succhi e alla Polpa Beauty;
- si contribuisce alla sostenibilità ambientale e alla riduzione degli sprechi.

Ingredienti e benefici

Gli ingredienti principali per i vostri trattamenti di bellezza sono frutta, ortaggi, semi oleosi, frutta a guscio, spezie ed erbe aromatiche.

Visto che amiamo il cibo e odiamo lo spreco, vi suggerisco di utilizzare preferibilmente:

- la parte meno nobile di frutta e ortaggi come foglie esterne, bucce, gambi, foglie, baccelli;
- frutta molto matura o che rischiate di buttare via, come mele con ammaccature, pere, mandarini troppo morbidi, banane nere;
- ortaggi non più freschissimi come le foglie esterne di finocchi e insalate.

Evitate quegli ingredienti cui siete allergici o intolleranti e quella frutta e ortaggi che potrebbero avere un effetto irritante per la pelle o che potrebbero macchiarla come:

- peperoncino
- melograno
- curcuma
- zafferano
- barbabietola rossa
- ciliegie mature e amarene

Se avete dubbi su qualche ingrediente fate prima un test applicandone un pezzetto su una piccola porzione di pelle (meglio se sul polso o all'interno del gomito) per 15 minuti osservando se ci sono macchie o irritazioni. Non usate mai il prodotto sul contorno occhi.

A seconda del mix che create, potete ottenere un effetto maggiormente nutriente, idratante, anti età, purificante. In ogni caso dopo l'applicazione, a seconda del prodotto sentirete sempre pelle più morbida, capelli più lucenti, unghie più forti e lucide.

Di seguito trovate qualche spunto per cominciare a creare i vostri personalissimi e unici trattamenti di bellezza: fatevi ispirare dalla stagionalità e magari da quello che avete in frigo, consultate i benefici di ogni ingrediente e i suggerimenti di utilizzo, per creare le vostre personali maschere, impacchi, scrub e esfolianti.

Sperimentate le ricette che vi proponiamo e poi inventatene di vostre con quello che avete in casa.

Ingredienti

Tutti i seguenti ingredienti possono essere usati per creare maschere per il viso, impacchi per i capelli, scrub ed esfolianti per la pelle, e trattamenti specifici per mani e piedi.



Le albicocche sono ricchissime di virtù: nutrono la pelle e la rendono più luminosa e vellutata. Rinfrescano e rendono la pelle elastica. Essendo molto ricche di amido e vitamina A ed E attenuano le piccole rughe rendendo la pelle più giovane. Se applicate sui capelli, li nutrono e li rendono più lucenti. Quando le usate con il filtro Beauty togliete i noccioli e aggiungetene poche alla volta nell'estrattore. Si sposano bene con carote e qualche fettina di limone. Il succo è delizioso da gustare al naturale o da usare per fare sciroppi o ghiaccioli.



L'ananas ha proprietà depurative e purifica in profondità la pelle con delicatezza rendendola più luminosa, allo stesso tempo favorisce il rinnovamento cellulare. Quando lo usate per le maschere sbucciatelo ma lasciate il torsolo, tagliatelo a cubetti o a fettine, inseritelo nell'estrattore alternandolo con la carota, barbabietola o sedano. Il succo si può utilizzare emulsionato con l'olio per condire verdure.

Anguria



L'anguria è ricchissima d'acqua, gustarla ci disseta ma disseta anche la nostra pelle in profondità. Quando usate l'anguria per le maschere potete usare anche solo la buccia o la parte bianca. Tagliatela a cubetti e inseritela poco alla volta nell'estrattore. Gustate il succo al naturale o conditelo e gustatelo come zuppa fredda.

Arancia



Per usarla nell'estrattore pelatela a vivo, tagliatela a pezzetti e inserite un po' di buccia insieme alla polpa. L'arancia ha proprietà antiage, attenua le rughe e rivitalizza la pelle. Se avete la pelle molto sensibile evitatela o usatene poco. Gustate il succo al naturale o per marinare carni e pesce.

Asparagi



Non sottovalutate le proprietà degli asparagi per le maschere di bellezza, soprattutto se avete la pelle mista o grassa per le loro proprietà purificanti. In particolare potete usare anche solo le parti più fibrose per le maschere e tenere invece le punte da portare in tavola. Se il succo di asparagi da solo potrebbe non piacervi, conditelo con olio extravergine, sale e peperoncino e si trasformerà in un fresco gazpacho. Provatelo anche con l'aggiunta di cipollotto e altri ortaggi

Avocado



È un frutto con molte proprietà per la pelle, è infatti ricco di grassi monoinsaturi, vitamina E e antiossidanti. Previene e attutisce le rughe del viso e i rilassamenti cutanei, nutre in profondità la pelle secca. Per usarlo sbucciatelo e togliete il nocciolo, inseritelo nell'estrattore alternandolo a carote o altri ortaggi compatti.

Banana



Ricchissima di vitamine e sali minerali, nutre in profondità la pelle, la rende più luminosa ed elastica. È nutriente anche per i capelli e li rende più morbidi e lucenti. Potete usare per le maschere anche le banane nere o troppo mature, sbucciatele e inseritele in SuccoVivo alternandole con carota a pezzetti.

Broccolo



I broccoli sono ricchi di vitamine e antiossidanti, sono preziosi per maschere antiage e con funzione protettiva sulla pelle. Per unire utilizzo beauty e antispreco, usate soprattutto le parti meno nobili come gambi e foglie, tagliatele grossolanamente prima di inserirle in SuccoVivo. Per ottenere un succo dalla consistenza più cremosa fatelo ridurre in padella e usatelo per condire ad esempio un piatto di pasta.

Carota



Per l'utilizzo beauty la carota è l'ingrediente passpartout che lega gli altri ingredienti, dà la giusta consistenza alle maschere e le arricchisce di ulteriori vitamine e antiossidanti. Sulla pelle ha un effetto emolliente ed esfoliante, previene e attutisce le rughe. È perfetta anche per le lievi scottature e per preparare la pelle al sole. Il succo è dolce e versatile e si presta a diversi utilizzi sia al naturale che in dolci o piatti salati.

Cavolo nero e cavolo riccio



Sono ricchissimi di proprietà sia da gustare sia per un utilizzo beauty. Hanno una funzione protettiva sulla pelle così come su tutto l'organismo, attenuano le rughe grazie alla funzione antiage. Per le maschere potete usare anche solo i gambi e le foglie meno belle, tagliate a fettine sottili e inseritele in SuccoVivo alternandole con altri frutti e ortaggi. Mixate il succo di cavolo con mela o altri ortaggi per un gusto meno erbaceo.

Cetriolo



È l'ingrediente perfetto per preparare tonici e impacchi rinfrescanti, idratanti e purificanti. È l'ideale anche per le leggere scottature e idrata la pelle dopo il sole. Attenua le rughe e decongestiona il viso. Usate la sua polpa per preparare impacchi e maschere mentre trasformate il succo in un tonico antinfiammatorio: basta unirlo a qualche goccia di olio extravergine d'oliva e applicarlo sul viso con un batuffolo di cotone. Potete usare anche solo la buccia, inseritelo poco alla volta in SuccoVivo e alternatelo con altri ortaggi meno acquosi come la carota. Il succo di cetriolo può essere usato anche come tonico per decongestionare o per pelli miste e impure.

Ciliegie



Hanno numerose proprietà, non solo per l'organismo ma anche per la bellezza di pelle e capelli grazie a polifenoli e sali minerali che contrastano localmente i radicali liberi. Sono rinfrescanti, drenanti, decongestionano il viso, riducono le occhiaie e migliorano la microcircolazione. Stimolano inoltre la produzione di collagene e attutiscono le rughe. Denocciolatele e passatele nell'estrattore, alternandole pezzetti di carota. Il succo è dolce e delizioso, gustatelo al naturale o fatelo ridurre per usarlo come salsa o guarnizione anche per piatti salati.

Finocchio



Sono ricchi di acqua e di vitamina C, rendono la pelle idratata e luminosa. Hanno inoltre un effetto purificante e astringente perfetto per le pelli grasse o miste. Per le maschere usate le foglie più esterne e le parti che di solito si scartano. Il succo di finocchio è un tonico calmante e decongestionante. Se lo servite con ghiaccio e zenzero è anche un ottimo aperitivo.

Fragola

Usate sulla pelle sono efficaci nel riattivare la microcircolazione e il rinnovamento cellulare, ideali anche per chi soffre di couperose. Hanno proprietà depurative, astringenti e antiage, grazie al contenuto di acqua idratano e rendono la pelle più liscia e luminosa donando un incarnato uniforme e radioso. Tagliatele grossolanamente e togliete le foglie, inseritele nell'estrattore alternandole con altri ortaggi come le carote. Il succo di fragola sarà una merenda perfetta sia per voi che per i più piccoli. Usate il succo anche per preparare sorbetti.

Lattuga e insalate

Spesso sottovalutiamo le proprietà di lattuga e altre insalate che sono in realtà molto ricche di antiossidanti, hanno una funzione protettiva su tutto l'organismo, pelle e capelli compresi. Applicate sulla pelle contrastano l'invecchiamento e attenuano le rughe, idratano a fondo, decongestionano il viso con azione purificante. Per le maschere usate le foglie meno belle che buttereste via, tagliatele a listarelle e inseritele nell'estrattore alternandole con mela, carote e altri ortaggi.

Limone e lime

Sono ricchi di sali minerali, vitamine e antiossidanti. Grazie all'acido citrico hanno una funzione schiarente sulle macchie e purificante sulla pelle così come sui capelli. Sia il limone che il lime sono tonici naturali con funzione astringente che attenua le rughe, riequilibra la pelle grassa e rafforza le unghie. Quando usate il limone, pelatelo a vivo e inserite poca buccia nell'estrattore a meno che con il succo non vogliamo fare una limonata. Anche del lime non mettete tutta la buccia, per avere un succo meno amaro da bere. Tagliatele a pezzi o fettine e alternateli ad altri frutti e ortaggi come le carote o la barbabietola.

Mandorle dolci

Le mandorle si usano da sempre per la bellezza di pelle e capelli, hanno infatti un elevato potere emolliente, nutriente e protettivo, adatto anche alle pelli più sensibili e ai capelli più fragili. Per usarle sgusciatele, mettetele in ammollo la sera prima o almeno 4 ore prima per ammorbidirle, inseritele nell'estrattore poche alla volta insieme ad acqua, alternandole con altri ingredienti.

Mango

Ricchissimo di vitamine, sali minerali e antiossidanti è un ingrediente prezioso come alleato di bellezza. Ne basta poco per rendere una maschera più efficace soprattutto per l'effetto antiage di riduzione delle rughe. Sbucciatelo e tagliatelo a cubetti eliminando il nocciolo. Usatene poco e inseritelo nell'estrattore alternandolo con altri ortaggi come sedano e carota.

Mela

Di facile reperimento tutto l'anno è un altro ingrediente ricco di proprietà che dona alla pelle luminosità, idratazione, contrasta l'invecchiamento cellulare e ne favorisce il rinnovamento. Per le maschere usate le parti meno nobili, come la buccia, la parte più ricca di antiossidanti, o il torsolo. Inseritela nell'estrattore alternandola sempre con altri ortaggi come la carota. Gustate il succo così com'è o come ingrediente per altre preparazioni.

Melone

Ideale per le pelli secche e per rivitalizzare i tessuti. Ha una funzione decongestionante ed emolliente sul viso, allevia le scottature e le infiammazioni. Per le maschere potete usare anche la parte verde più vicina alla buccia, meglio invece scartare la buccia perché troppo coriacea. Tagliatelo a cubetti e inseritelo in SuccoVivo poco alla volta alternandolo con altri ortaggi come le carote. Il succo è dolce e profumato, usatelo per preparare un aperitivo.

Noci

Perfette per una maschera nutriente e antiage, grazie all'elevata concentrazione di grassi benefici, vitamine e sali minerali. Ne basta una manciata per arricchire le proprietà di maschere, impacchi e scrub. Svolgono inoltre una leggera azione peeling adatta anche alle pelli sensibili. Dopo averle sgusciate, mettetele in ammollo per qualche ora, prima di utilizzarle per le maschere. Inseritele nell'estrattore alternandole ad altri ingredienti come frutta e ortaggi. Il succo è minimo e vi consiglio di usarlo in cucina in impasti.

Papaya

Ha numerose proprietà che la rendono particolarmente apprezzata in ambito beauty, tra cui di rigenerare la pelle e darle un aspetto più luminoso e uniforme. Per utilizzarla sbucciatela e togliete i semi al centro, tagliatela a cubetti e inseritela poco alla volta nell'estrattore alternandola ad altri ortaggi come le carote.

Pera

La pera ha effetti astringenti sulla pelle così come sui capelli, per questo motivo è adatta a pelli e capelli grassi o abbinata ad altri ingredienti per maschere purificanti. Potete usare anche le parti meno nobili come buccia e torsolo. Inseritele poco alla volta nell'estrattore e alternatela con altri ortaggi.



Pesca

Grande alleata della pelle, in particolare di quella secca e delicata. Grazie alla ricchezza di vitamine e sali minerali, all'elevato contenuto d'acqua, la pesca nutre in profondità la pelle rendendola morbida e setosa. Non scartatene la buccia, e recuperate anche il seme contenuto nel nocciolo, che potete inserire nell'estrattore insieme alla polpa. Alternatela con pezzetti di carota e mettetene poca alla volta nell'estrattore.



Pomodoro

Il pomodoro è ricchissimo di proprietà per tutto l'organismo, pelle e capelli compresi. Non solo per renderli più belli ma anche con funzione curativa. Il pomodoro ha un'azione tonica e idratante sulla pelle, purificante e illuminante. Ha un'azione decongestionante e attenua le scottature solari. Il pomodoro applicato sui capelli li rende più morbidi e lucenti, ravvivando il colore naturale, se applicato prima dello shampoo ha anche un'azione antiforfora. In abbinamento con il cetriolo ha una potente azione purificante perfetta per le pelle grassi e miste.



Sedano foglie

Il sedano è facilmente reperibile tutto l'anno e possiamo usarne, per le maschere beauty anche solo le parti meno nobili come foglie, cuore e parti apicali. È economico ed ha moltissime proprietà anche curative, non solo per l'organismo ma anche per pelle e capelli. Ha un'azione decongestionante, purificante e antiossidante che contrasta l'invecchiamento.



Zucca

Ne basta poca, anche solo la buccia tagliata a pezzi piccoli, per aggiungere o potenziare nelle vostre maschere l'azione idratante, nutriente, antiage e decongestionante.



Zucchine

Ricchissime di acqua, idratano a fondo la pelle, attenuando e decongestionando leggere scottature e infiammazioni. Tagliatele a pezzetti e inseritele nell'estrattore.

Qui trovate la descrizione degli ingredienti aggiuntivi che vi serviranno per arricchire o completare i trattamenti Beauty.

① Emollienti e nutrienti	② Peeling e Scrub	③ Antiage	④ Purificante
- Miele	- Zucchero di canna	- Cacao amaro	- Acqua di rose
- Yogurt	- Fondi di caffè	- Aloe	- Aceto di mele
- Olio di oliva extravergine	- Sale grosso		- Argilla verde
- Farina di avena o di riso	- Bicarbonato		



Miele

Il miele nelle maschere e negli impacchi ha una duplice funzione: da un lato arricchisce il trattamento beauty di proprietà emollienti e antiossidanti, dall'altro dona al composto la giusta consistenza rendendo più facile l'applicazione.



Yogurt

Idrata e nutre la pelle in profondità e aggiunto alla polpa Beauty le dona una consistenza facile da applicare. Aggiunto alle maschere per i capelli ha un effetto condizionante, nutrendoli in profondità. Grazie all'acido lattico e alla vitamina H ha un effetto esfoliante e antiage.



Olio extravergine

È uno dei rimedi di bellezza più antichi, ha proprietà miracolose per la pelle, come per i capelli e le unghie nutrendoli in profondità. Pelle più liscia, unghie più forti e capelli più morbidi e lucenti.



Farina d'avena

La farina d'avena, economica e dalle numerose proprietà, è già pronta per l'uso. In alternativa potete acquistare i chicchi e frullarli voi stessi fino a ottenere la farina. Grazie alla presenza del beta glucano ha un effetto protettivo su cute e pelle. Ha un effetto purificante, antinfiammatorio e decongestionante. Aggiunta alla polpa Beauty ha un effetto peeling, adatto anche alle pelli più delicate, sia del viso che del corpo.



Zucchero di canna

Aggiunto a maschere e impacchi svolge un effetto scrub sulla pelle, favorendone il rinnovamento e rendendola più liscia e morbida. Scegliete se possibile quello integrale, come le varietà Panela o Mascavo per il viso perché i

granuli sono più piccoli e l'effetto più delicato. Per il corpo va invece benissimo anche quello grezzo, con cristalli omogenei di solito più grandi.



Fondi di caffè

I fondi di caffè sono una vera risorsa. Teneteli da parte, in frigorifero o nel congelatore e usateli per realizzare peeling delicati o scrub per il corpo così come per le mani e i piedi.

Sale grosso



Il sale grosso è drenante e modellante, contrasta la ritenzione idrica ed è un anticellulite. Aggiunto alla polpa Beauty unisce alle sue proprietà anche l'azione scrub che favorisce il rinnovamento cellulare.

Bicarbonato



Il bicarbonato è un grande alleato di bellezza, economico e facile da reperire. Aggiunto alla polpa Beauty le dona proprietà delicate esfolianti, rendendo la pelle più morbida e liscia. Massaggiata sulla pelle di mani e piedi elimina le zone secche e rende la pelle liscia. Ideale anche per i capelli grassi, perché li rende più belli e riduce il sebo in eccesso.



Cioccolato o cacao amaro

Il cioccolato, così come il cacao amaro è adatto a ogni tipo di pelle, ha spiccate proprietà antiossidanti e può essere aggiunto a vari tipi di maschere di bellezza sia per la pelle che per i capelli, in entrambi i casi ha un effetto illuminante e antiage.

Aloe



Per avere un gel di aloe freschissimo e pronto all'uso tutte le volte che volete acquistate una pianta di aloe. Staccate una foglia ogni tanto alla base, aspettate che la pianta si sia rigenerata per staccarne un'altra a meno che non vogliate utilizzarla per intero. Sbucciate la foglia in modo da rimuovere lo strato esterno. Unite il gel ottenuto alla polpa Beauty per un effetto lifting che rende la pelle più elastica e giovane. Potete usare l'aloè sia per impacchi per il viso che per il corpo, mani e piedi.



Acqua di rose

L'acqua di rose ha un'azione astringente e tonica sulla pelle, per questo motivo è particolarmente adatta alle

pelli grasse. Grazie alle proprietà lenitive e riparatrici è adatta anche alle pelle sensibili, irritate dal freddo o con leggere scottature. Ne bastano poche gocce per arricchire di una nota profumata le vostre maschere di bellezza con effetti benefici sulla pelle e nessun effetto collaterale.

Aceto di mele



Aggiunto alle maschere per i capelli li rende morbidi e lucenti. Negli impacchi per le mani rende le unghie più forti e lucide.

Argilla verde



La trovate in erboristeria ed è particolarmente efficace aggiunta alla polpa Beauty per creare maschere purificanti, perfette per pelli grasse e miste.

Come si preparano

Ora che avete esplorato, tutto quello che vi serve è:

- ingredienti: frutta, ortaggi, erbe, semi oleosi, spezie per creare la Polpa Beauty;
- ingredienti aggiuntivi per completare i trattamenti Beauty: miele, yogurt, olio e cacao.

Siete ora pronti per creare i vostri trattamenti Beauty per maschere, impacchi, scrub, esfolianti.

Ecco le istruzioni per creare i vostri trattamenti Beauty:

- ① Preparate gli ingredienti che volete utilizzare come ad esempio mela, finocchio, insalata, cetriolo, carote...
 - lavate frutta e ortaggi e togliete eventuali noccioli e piccioli e tagliateli grossolanamente;
 - se utilizzate frutta a guscio o semi oleosi metteteli in ammollo almeno 1 ora prima di utilizzarli in modo da ammorbidirli.
- ② Inserite il filtro Beauty nell'estrattore Imetec SuccoVivo.
- ③ Inserite gli ingredienti nell'estrattore per ottenere il succo e la Polpa Beauty.
- ④ Gustate il succo al naturale.
- ⑤ Aggiungete alla Polpa Beauty ottenuta gli ingredienti necessari per completare i trattamenti Beauty come: miele e farina di avena per le maschere, bicarbonato per un effetto esfoliante, zucchero di canna e sale grosso per gli scrub, cacao e aloe per l'effetto antiage.
- ⑥ Mescolate bene fino a ottenere un composto morbido e omogeneo.

Siete ora pronti per l'applicazione.



ATTENZIONE!

Prima di applicare sulla pelle o sui capelli i trattamenti preparati con il filtro Beauty, testateli sempre su una piccola porzione di pelle, sul polso ed all'interno del gomito. Aspettate almeno 15 minuti per verificare che non ci siano reazioni allergiche. In caso non si presentino rossori o pruriti né altre reazioni allergiche procedete con l'applicazione.

Non usare mai il prodotto sul contorno occhi.

Lavate molto bene la frutta e la verdura prima di inserirla nell'estrattore e sciacquate con cura maschere e scrub al termine della posa.

Come si applicano maschere e impacchi

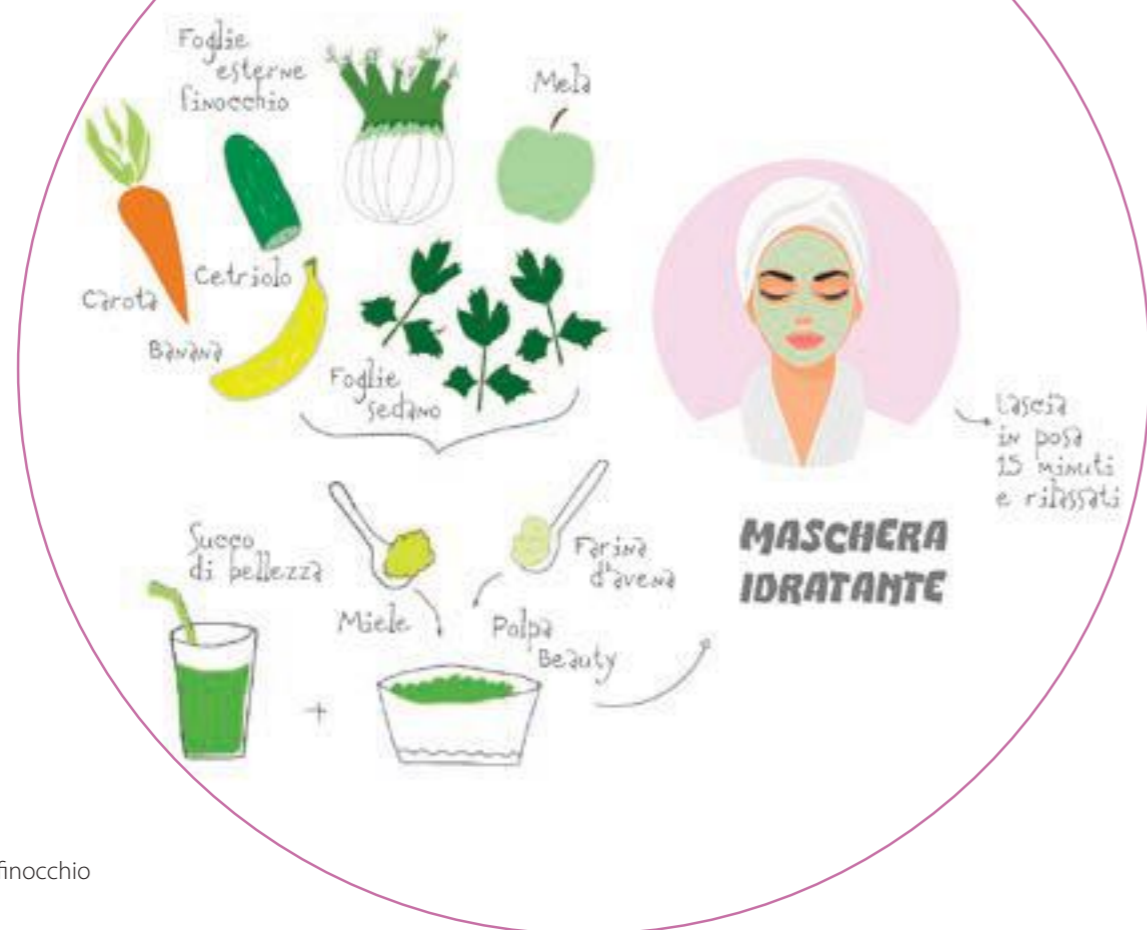
- ① Prima di procedere con l'applicazione togliete dalla pelle, in particolare quella del viso, residui di creme, oli e trucco. Struccate bene la pelle e tamponatela con un dischetto imbevuto di tonico, asciugate bene quindi procedete con l'applicazione della maschera.
- ② Stendetevi sul letto o divano con un asciugamano sotto la zona da trattare. Ad esempio sotto la testa per un impacco al viso, sotto a gambe e piedi per un trattamento relax per le gambe. Per non sporcare potete anche stendere uno strato di pellicola sotto alla testa e ai piedi, vi sarà comodo anche per recuperare la Polpa in eccesso.
- ③ Applicate il prodotto in maniera omogenea sulla zona da trattare in uno strato sottile, premendolo in modo che aderisca bene alla pelle.
- ④ Chiudete gli occhi e rilassatevi lasciando agire il prodotto per almeno 15 minuti.
- ⑤ Trascorso questo tempo togliete il prodotto in eccesso e sciacquate leggermente la zona trattata con acqua tiepida.

Risoluzione di problemi

Ecco un piccolo vademecum per risolvere i problemi che possono capitare:

- ① Se la maschera non aderisce abbastanza al viso provate a pulire bene la pelle, tamponatela con il tonico e asciugatela prima di procedere con l'applicazione.
- ② Per legare maggiormente i trattamenti Beauty aggiungete miele o in alternativa sciroppo d'acero, sciroppo di riso, malto d'orzo.
- ③ Se il trattamento Beauty che avete ottenuto è troppo asciutto aggiungete al vostro mix di frutta e ortaggi ingredienti morbidi come banana, avocado, cetriolo, ananas o in alternativa qualche cucchiaino di yogurt.
- ④ Se il trattamento Beauty è invece troppo liquido aggiungete al mix semi oleosi e frutta a guscio ammorlati, carota o sedano.
- ⑤ Se la Polpa Beauty è perfetta ma il succo non vi piace, provate ad aggiungere mela e zenzero, spesso fanno miracoli.

Maschera idratante



INGREDIENTI

- Le foglie esterne di un finocchio
- 1 mela
- ½ cetriolo
- 1 manciata di foglie di sedano
- 1 banana
- ½ carota

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 3 cucchiaini di miele
- 1 cucchiaino di farina di avena

PREPARAZIONE

1. Sbucciate la banana. Tagliate frutta e ortaggi a cubetti e inseriteli nell'estrattore pochi alla volta alternandoli tra loro.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele e la farina di avena e mescolate bene.

BENEFICI

Per tutte le volte che vi sentite la pelle secca e disidratata, concedetevi 15 minuti tutti per voi e provate questa maschera che grazie al mix di ingredienti e in particolare al cetriolo e banana, la disseta ridandole vitalità.

Maschera nutriente



INGREDIENTI

- 2 pere
- 2 susine
- 1 banana
- ½ carota

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 2 cucchiaini di miele
- 2 cucchiaini di yogurt

PREPARAZIONE

1. Togliete il nocciolo alle susine, sbucciate la banana e inseriteli nell'estrattore.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele e lo yogurt e mescolate bene.

BENEFICI

Ricordatevi di questa maschera tutte le volte in cui urge un po' di nutrimento extra per la pelle del viso. Grazie al mix di ingredienti e in particolare alle susine e allo yogurt sentirete una pelle nuova, nutrita e vellutata.

Maschera lifting



INGREDIENTI

- Il torsolo dell'ananas
- 1 tazza di fragole
- ½ avocado
- 1 pezzetto di zenzero
- ½ banana
- 1 carota

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 1 cucchiaino di miele
- 1 cucchiaino scarso di cacao amaro

PREPARAZIONE

1. Sbucciate l'avocado e toglie il nocciolo. Sbucciate lo zenzero e la banana. Tagliate i frutti a cubetti o a fettine. Inseriteli nell'estrattore
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele e il cacao amaro e mescolate bene.

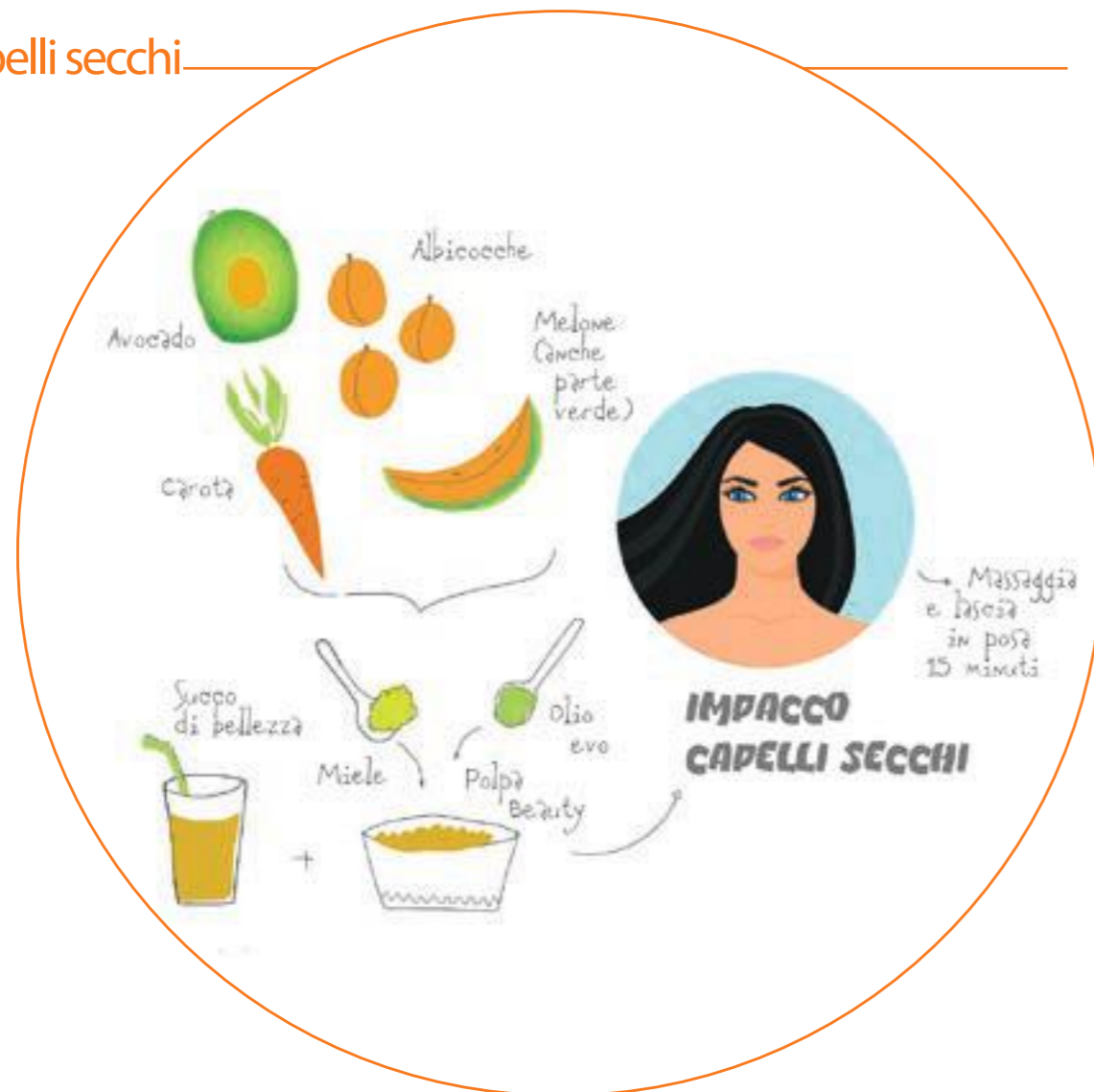
BENEFICI

Viso stanco e rughe accentuate? Correte ai ripari con questa maschera con effetto antiage. Grazie al mix di ananas, fragole e avocado, ma soprattutto grazie al cacao amaro la pelle del viso risulterà subito più distesa e luminosa e le rughe meno visibili.

APPLICAZIONE

Stendetevi con un asciugamano sotto alla testa, preferibilmente ricoperto con pellicola trasparente. Prendete una noce di composto e distribuitela sul viso e sul collo in uno strato sottile, evitando il contorno occhi. Chiudete gli occhi e rilassatevi. Lasciate agire per almeno 15 minuti. Togliete la Polpa Beauty in eccesso, sciacquate la pelle con acqua tiepida.

Impacco capelli secchi e sfibrati



INGREDIENTI

- ½ avocado
- 100 g di albicocche
- 2 fette di melone
- 1 carota

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 2 cucchiaini di miele
- 1 cucchiaino di olio di oliva extravergine o olio di lino

PREPARAZIONE

1. Sbucciate e toglie il nocciolo all'avocado. Sbucciate il melone e denocciate le albicocche. Tagliate frutta e ortaggi a cubetti. Inserirli nell'estrattore pochi alla volta alternandoli tra loro.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele e l'olio e mescolate bene.

BENEFICI

Se i vostri capelli sono ruvidi e spenti sperimentate questo impacco nutriente all'avocado e melone che nutre il capello in profondità dandogli nuova luce e corpo.

Impacco capelli grassi



INGREDIENTI

- 2 cetrioli
- 300 g di pomodoro
- 50 g di foglie del sedano
- 1 limone sbucciato
- 1 pezzetto di zenzero
- 2 carote

PREPARAZIONE

1. Sbucciate lo zenzero. Tagliate gli ortaggi a cubetti. Inserirli nell'estrattore.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele.

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 3 cucchiaini di miele

BENEFICI

Sfruttate il potere purificante di cetriolo e limone per rigenerare la vostra cute in maniera naturale aiutando a ristabilire il normale funzionamento della sua flora batterica.

Impacco capelli crespi e spenti



INGREDIENTI

- 1 banana matura
- 1 pera matura
- 1 limone sbucciato
- Qualche foglia di lattuga
- 1 pezzetto di zenzero
- 1 carota

PREPARAZIONE

1. Sbucciate la banana e lo zenzero. Tagliate frutta e ortaggi a pezzetti. Inserite nell'estrattore.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele e lo yogurt e mescolate bene.

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 3 cucchiaini di miele
- ½ vasetto di yogurt al naturale (anche scaduto)

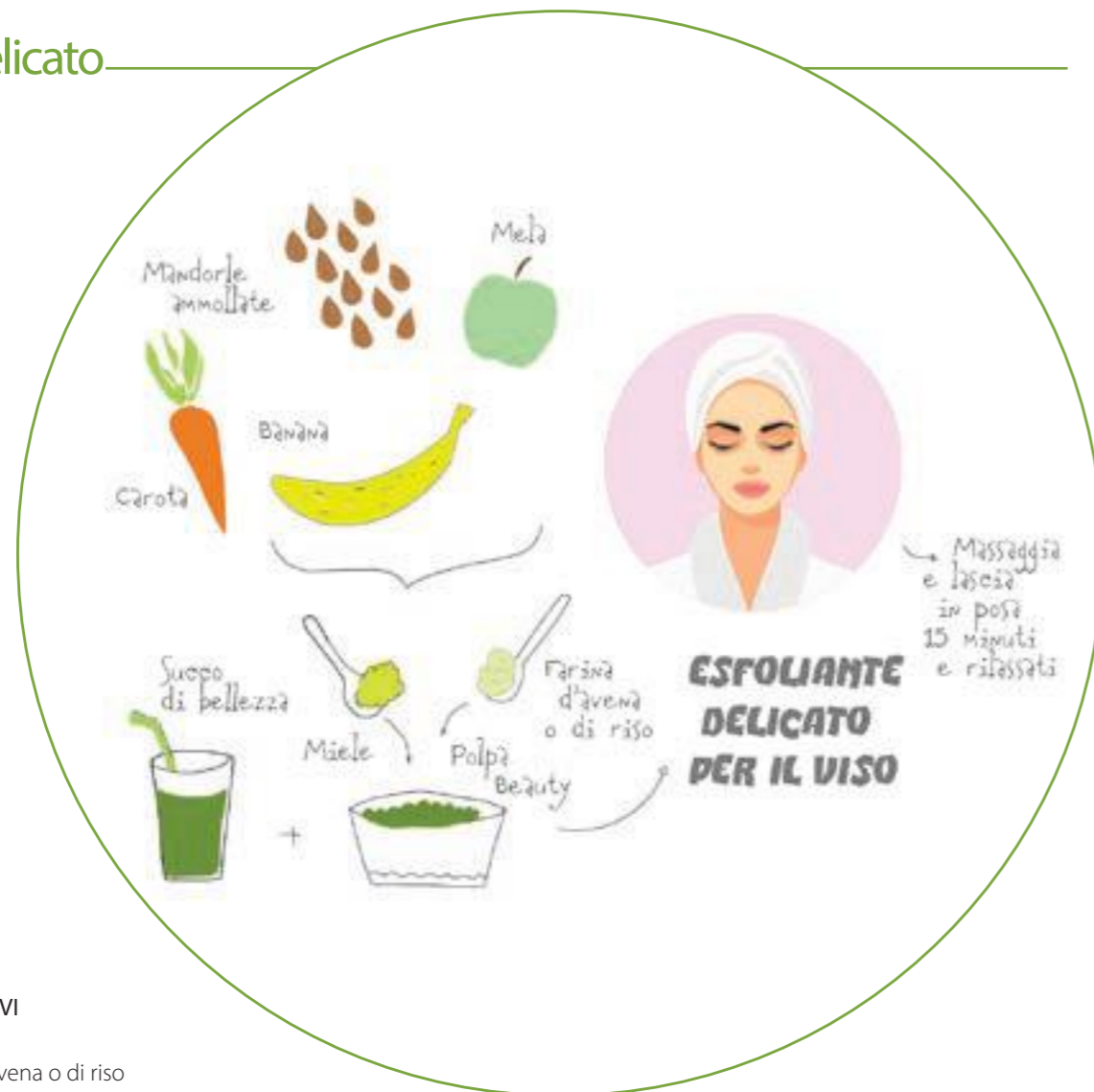
BENEFICI

Idratazione e nutrimento sono i segreti per ridare vitalità ai capelli e contrastare l'effetto crespo. Grazie ai benefici di banana e limone gustate un super succo e vi ritroverete con capelli subito più belli.

APPLICAZIONE

Mettetevi nella doccia o nella vasca, applicate sui capelli il composto in modo da distribuirlo uniformemente. Avvolgete i capelli con la pellicola trasparente o con una cuffia di plastica. Lasciate in posa per 15 minuti. Trascorso questo tempo, massaggiare leggermente quindi togliete la Polpa Beauty in eccesso e sciacquate i capelli. Completate il trattamento con uno shampoo leggero, sciacquate e asciugate come di consueto.

Esfoliante delicato per il viso



INGREDIENTI

- 30 g di mandorle ammollate
- 2 mele
- 1 banana
- 1 carota

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 1 cucchiaino di miele
- 2 cucchiaini di farina di avena o di riso

PREPARAZIONE

1. Mettete in ammollo le mandorle per almeno 4 ore.
2. Togliete il picciolo alla mela e sbucciate la banana. Tagliate gli ingredienti a cubetti. Inserirli nell'estrattore.
3. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
4. Unite alla Polpa Beauty il miele e la farina di avena o riso e mescolate bene.

BENEFICI

Una volta a settimana applicate questo delicato esfoliante sulla pelle del viso, grazie alle mandorle e alla banana favorirete il rinnovamento cellulare nutrendo la pelle in profondità.

APPLICAZIONE

Inumidite leggermente la pelle, prendete una noce di composto per mano e cominciate a massaggiare la pelle del viso, proseguite anche sul collo e massaggiate a lungo e con delicatezza. Togliete la Polpa Beauty in eccesso, sciacquate con acqua tiepida. Potete completare il trattamento con un tonico o anche solo con tamponando il viso con acqua di rose.

Scrub per il corpo allo zucchero di canna



INGREDIENTI

- 1 pera matura
- 1 arancia
- 1 carota

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 1 bicchiere di zucchero di canna
- 2 cucchiaini di miele

PREPARAZIONE

1. Pelate a vivo l'arancia. Tagliate frutta e carota a pezzetti. Inserirli nell'estrattore.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele e lo zucchero di canna e mescolate bene.

BENEFICI

Quando la pelle diventa ruvida e secca urge un trattamento d'urto: come questo scrub rigenerante alla pera e arancia che elimina le cellule morte donando nuova vitalità alla pelle.

Scrub per il corpo al sale grosso



INGREDIENTI

- ½ avocado
- 150 g di pomodoro
- 1 cetriolo
- 1 pezzetto di zenzero

INGREDIENTI EXTRA

- ½ bicchiere di sale grosso
- 2 cucchiaini di miele

PREPARAZIONE

1. Sbucciate e denocciate l'avocado. Sbucciate lo zenzero e tagliate frutta e ortaggi a cubetti. Inserirli nell'estrattore.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty sale grosso e miele e mescolate bene.

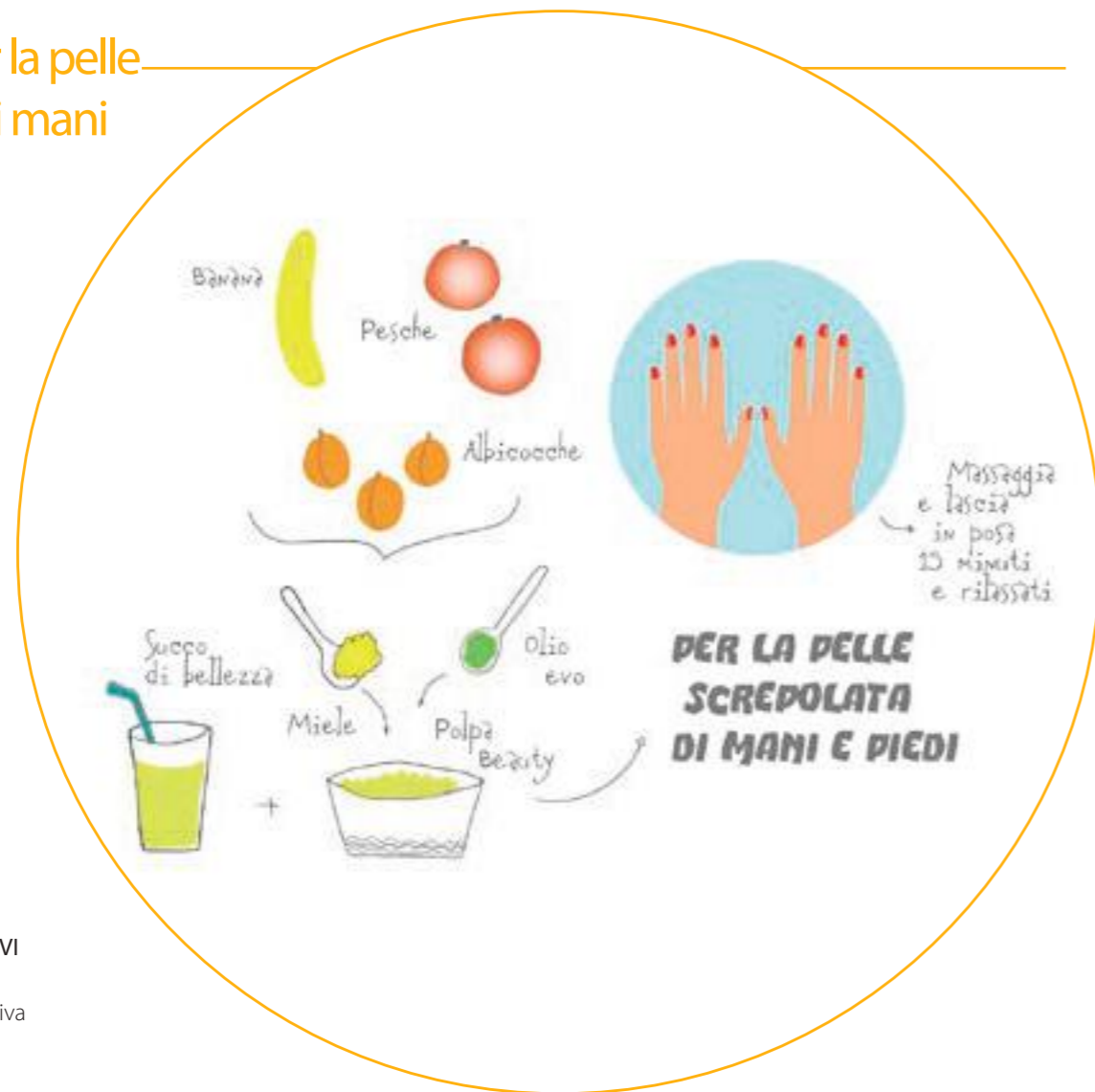
BENEFICI

Pelle nuova e aperitivo rinfrescante: è il momento giusto di provare questo scrub al pomodoro e cetriolo che grazie alle proprietà degli ortaggi e all'azione fisica del sale grosso rinnoverà la vostra pelle nel profondo.

APPLICAZIONE

Inumidite leggermente la pelle del corpo sotto la doccia, prendete una noce di composto alla volta e cominciate a massaggiare la pelle partendo dai piedi e risalendo fino al collo. Massaggiate tutte le parti del corpo, insistendo sui punti più ruvidi come gomiti e talloni. Togliete la Polpa Beauty in eccesso, sciacquate con acqua tiepida, proseguite eventualmente con un detergente delicato.

Impacco per la pelle screpolata di mani e piedi



INGREDIENTI

- 2 albicocche
- 2 pesche
- 1 banana

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 2 cucchiaini di miele
- 1 cucchiaino di olio di oliva extravergine

PREPARAZIONE

1. Denocciolate albicocche e pesche e sbucciate la banana. Tagliate gli ingredienti a cubetti. Inserirli nell'estrattore.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty il miele e l'olio e mescolate bene.

BENEFICI

Pesca, albicocca e banana possono darvi davvero una mano per una pelle più morbida e vellutata non solo delle mani ma anche dei piedi.

APPLICAZIONE

Per le mani: mettete il composto in una ampia ciotola. Sedetevi comodi con un panno o un asciugamano sulle gambe. Mettete le mani dentro alla ciotola e cominciate a massaggiarle con il composto. Massaggiate bene, quindi lasciate assorbire il composto per circa 15 minuti. Se volete potreste mettervi sulle mani i guantini di plastica che si usano al supermercato. Trascorsi 15 minuti togliete la Polpa Beauty in eccesso e sciacquate le mani con acqua tiepida.

Per i piedi: per rendere più efficace lo scrub prima mettete i piedi a mollo per 15 minuti in acqua calda/tiepida con una manciata di sale grosso. Trascorso questo tempo svuotate la bacinella e mettete il composto. Sedetevi comodi e mettete i piedi nella bacinella. Massaggiate bene sui piedi, quindi lasciate assorbire il composto per circa 15 minuti. Trascorso questo tempo togliete la Polpa Beauty in eccesso e sciacquate i piedi con acqua tiepida.

Impacco esfoliante per la pelle ruvida di mani e piedi



INGREDIENTI

- 1 pera matura
- 1 mela
- 30 g di mandorle ammollate
- 1 pezzetto di zenzero

PREPARAZIONE

1. Togliete il picciolo alla mela e alla pera. Mettete in ammollo le mandorle per almeno 4 ore. Sbucciate lo zenzero. Tagliate la frutta a cubetti. Inserirli nell'estrattore.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla polpa il miele e lo yogurt e mescolate bene.

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 1 cucchiaino di miele
- 1 yogurt al naturale (anche scaduto)

BENEFICI

Se è vero che sono i dettagli che fanno la differenza non trascuriamo la pelle di mani e piedi e almeno 1 volta al mese concediamoci questo trattamento esfoliante che contribuisce a mantenere la pelle liscia e morbida grazie soprattutto alla pera e alle mandorle.

APPLICAZIONE

Per le mani: mettete il composto in una ampia ciotola. Sedetevi comodi con un panno o un asciugamano sulle gambe. Mettete le mani dentro alla ciotola e cominciate a massaggiarle con il composto. Massaggiate bene, quindi lasciate assorbire il composto per circa 15 minuti. Se volete potreste mettervi sulle mani i guantini di plastica che si usano al supermercato. Trascorsi 15 minuti togliete la Polpa Beauty in eccesso e sciacquate le mani con acqua tiepida.

Per i piedi: per rendere più efficace lo scrub prima mettete i piedi a mollo per 15 minuti in acqua calda/tiepida con una manciata di sale grosso. Trascorso questo tempo svuotate la bacinella e mettete il composto. Sedetevi comodi e mettete i piedi nella bacinella. Massaggiate bene sui piedi, quindi lasciate assorbire il composto per circa 15 minuti. Trascorso questo tempo togliete la Polpa Beauty in eccesso e sciacquate i piedi con acqua tiepida.

Impacco per le mani con unghie fragili



INGREDIENTI

- 1 limone
- 150 g di ananas
- ½ avocado
- Qualche foglia di menta

PREPARAZIONE

1. Pelate il limone a vivo, lasciando solo 1 pezzetto di buccia. Denocciolare l'avocado. Tagliate a cubetti l'ananas e l'avocado. Inserirli nell'estrattore con la menta.
2. Gustate il succo e tenete da parte la Polpa Beauty.
3. Unite alla Polpa Beauty l'aceto e l'olio e mescolate bene.

INGREDIENTI AGGIUNTIVI

- 1 cucchiaino di aceto di mele
- 2 cucchiaini di olio di oliva extravergine

BENEFICI

Se avete pelle secca e unghie che si spezzano provate questo trattamento che grazie ai benefici di avocado e ananas ha un effetto nutriente e rinforzante.

APPLICAZIONE

Mettete il composto in una ampia ciotola. Sedetevi comodi con un panno o un asciugamano sulle gambe. Mettete le mani dentro alla ciotola e cominciate a massaggiarle con il composto. Massaggiate bene fino a ricoprire le unghie, quindi lasciate assorbire il composto per circa 15 minuti. Trascorso questo tempo togliete la Polpa Beauty in eccesso e sciacquate le mani con acqua tiepida.

SuccoVivo transforma la fruta y la verdura en mascarillas de belleza naturales

Este libro de recetas está firmado por Lisa Casali que colabora con Imetec como experta de cocina sostenible y amante de la alimentación sana.

La nueva licuadora en frío profesional Imetec SuccoVivo Pro 2000 está provista del innovador filtro Beauty, que transforma la fruta y las hortalizas en mascarillas de belleza naturales. Para este recetario, Lisa Casali ha creado y probado 12 recetas para autoproducir en casa de forma sencilla tratamientos naturales para la belleza y el bienestar. Lisa propone mascarillas, exfoliantes y scrubs para el rostro adaptados para diferentes tipos de piel, peeling para el cuerpo, mascarillas para el cabello, para hacerlo más sano y luminoso y tratamientos para la piel y las uñas de las manos y los pies. Pero aún hay más: Lisa nos da inestimables consejos sobre los ingredientes a utilizar ¡con especial atención al ahorro y a la reducción del desperdicio!



LISA CASALI

Soy una científica medioambiental experta en cocina sostenible. Mi vida cambió una tarde, gracias a una alcachofa que me abrió los ojos sobre la cantidad de comida que desperdiciamos todos los días y las paradojas que rodean a la comida. Desde aquella tarde no he parado de experimentar y promover mis ideas, a través de las páginas de mi blog Ecocucina, de numerosos libros y en programas de radio y televisión. Estoy convencida de que es posible, y no muy difícil, conjugar bienestar, sostenibilidad y salud, y que valorizar al máximo y al 100% la fruta y las hortalizas puede ser de gran ayuda para vivir bien y durante mucho tiempo. Experimentando cómo reducir el desperdicio, he creado muchas recetas que valorizan la pulpa de desecho de la licuadora en frío, transformándola

en excelentes platos para cualquier ocasión. Una tarde de hace algunos meses, después de prepararme un extracto con Imetec SuccoVivo antes de irme a dormir, me miré al espejo, tenía la cara apagada y cansada, y me dije a mí misma, «y si todos los beneficios de la fruta y las hortalizas que recibimos a través de la alimentación fueran los mismos cuando se aplican a la piel?» En este extracto puse manzana, zanahoria, jengibre y apio. El zumo estaba buenísimo y era muy refrescante; ¿y si también la pulpa de desecho tuviera efectos beneficiosos? No me lo pensé dos veces, me eché en el sofá y me apliqué esa pulpa en el rostro. Cerré los ojos durante unos diez minutos; cuando los volví a abrir ya me sentía mejor. Quité la pulpa en exceso, me aclaré el rostro y me miré al espejo. La piel estaba visiblemente más luminosa y con un aspecto más descansado. Desde entonces, empecé a estudiar y a experimentar los beneficios de belleza de alimentos como la fruta, las hortalizas, semillas oleaginosas y frutos secos. Este recetario es fruto de esa experimentación, una primera muestra de todo lo que podemos hacer por nuestra belleza, gracias a Imetec SuccoVivo, de forma económica, saludable y sostenible, a partir de pocos ingredientes sencillos.

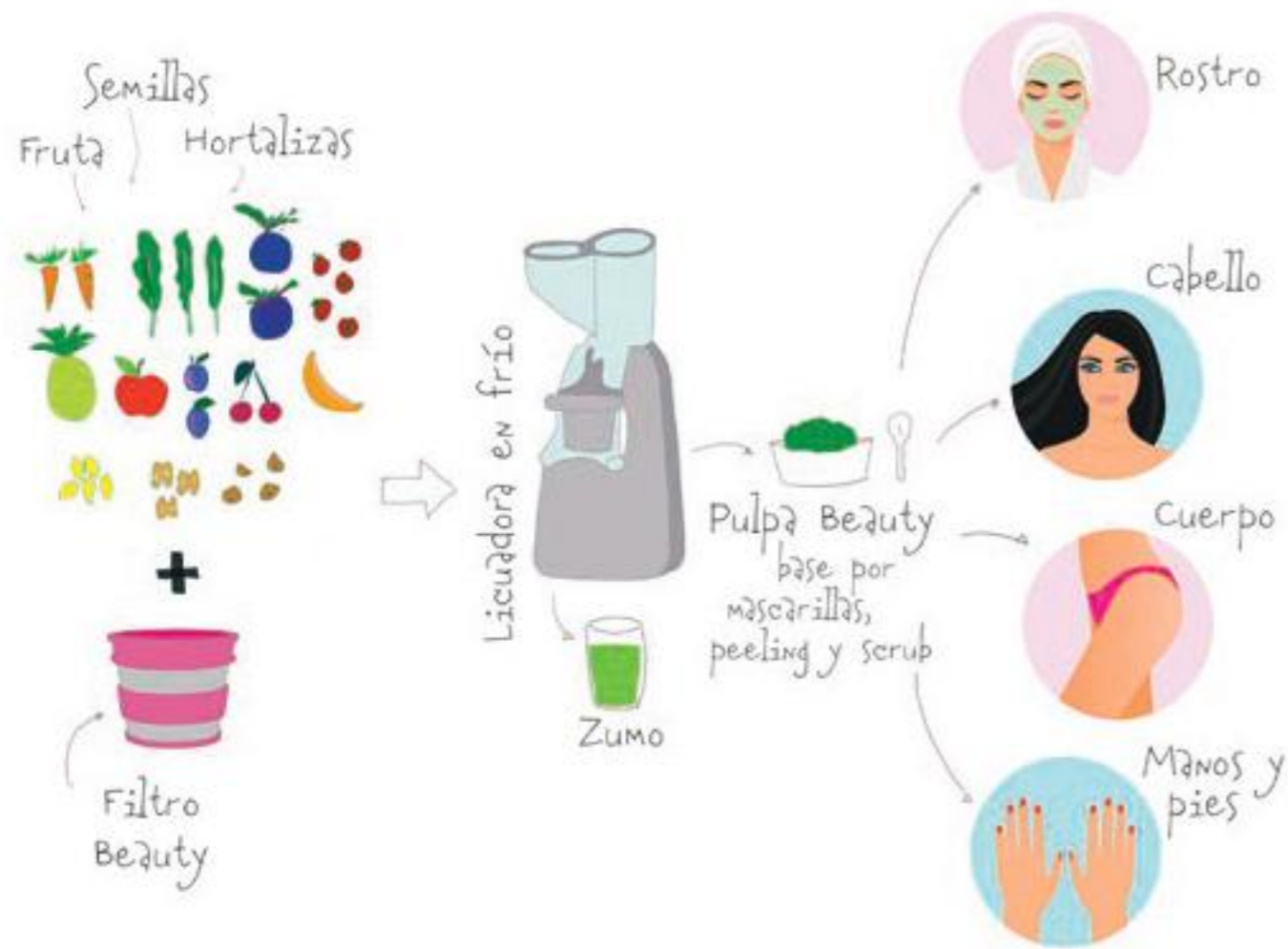
Lisa Casali

www.lisacasali.it



¿Habéis pensado alguna vez hacer en casa, con ingredientes sencillos, económicos y naturales, productos para la belleza y el bienestar del cuerpo? Con la licuadora en frío Imetec SuccoVivo Pro 2000 es verdaderamente fácil: los resultados son fantásticos y se ahorra.

Fruta, hortalizas, especias y otros ingredientes que forman parte de nuestra alimentación tienen beneficios no solo para nuestra salud, sino también para la belleza de la piel y del cabello, porque nutren, hidratan y combaten el envejecimiento y nos proporcionan bienestar.



Con Imetec SuccoVivo Pro 2000, podrás preparar todos los días zumos, leche vegetal, salsas, sorbetes y granizados y desde hoy también productos para el cuerpo, gracias al innovador filtro Beauty. Con este filtro, en efecto, podrás transformar en pocos segundos sencillos ingredientes, como fruta y hortalizas, en mascarillas de belleza listas para poderse aplicar. La consistencia que obtendrás es densa y cremosa, perfecta para su aplicación en la piel y el cabello.



ROSTRO

Mascarillas, exfoliantes y scrub para el rostro. Según los ingredientes utilizados, podrás preparar mascarillas hidratantes, nutritivas, liftings y purificantes. Para una piel más lisa y luminosa, en cambio, puedes preparar exfoliantes delicados, a base de fruta y bicarbonato o posos de café o bien scrubs con azúcar de caña.



CABELLO

Puedes preparar varios tipos de mascarillas para aplicar al cabello desfibrado, seco, graso o mate, para hacer que se ponga más bonito, sano, nutrido y luminoso. La base es la pulpa Beauty, a la que se le añade, según el resultado deseado, vinagre de manzana, aceite de oliva virgen extra, miel y otros ingredientes.



CUERPO

En el cuerpo puedes experimentar varios tipos de peelings o scrubs, a base de fruta y hortalizas, con sal gruesa, azúcar de caña, aceite de oliva virgen extra, vinagre de manzana, yogur y miel, para una piel más suave, lisa y luminosa. Si te gusta bañarte en la bañera, también puedes probar sales de baño afrutados a base de pulpa Beauty y sal gruesa.



MANOS y PIES

Experimenta mascarillas para la piel y uñas más bonitas y fuertes. Tanto para las manos como para los pies, la base es la fruta y las hortalizas, con el añadido de miel, bicarbonato y azúcar de caña, según la utilización que se desees.

El filtro Beauty ha sido estudiado para obtener dos resultados:

- un zumo listo para tomar, extraído de la fruta, hortalizas y semillas con beneficios para todo el organismo, gracias a su alta concentración de vitaminas, fibras y antioxidantes;
- la Pulpa Beauty que, añadiendo unos pocos y sencillos ingredientes, se transformará en mascarillas, envolturas, scrubs, exfoliantes, para obtener una piel más suave y tersa, y cabellos más bonitos.



Con el filtro Beauty:

- se ahorra, gracias a la recuperación de las partes menos nobles y a la autoproducción de mascarillas, mascarillas y scrubs;
- se pueden aprovechar los beneficios para tu bienestar y tu belleza a 360°, gracias a los zumos y a la Pulpa Beauty;
- se ayuda a la sostenibilidad del medioambiente y a reducir el derroche.

Ingredientes y beneficios

Los principales ingredientes para sus tratamientos de belleza son frutas, verduras, semillas oleosas, frutos secos, especias e hierbas aromáticas.

Dado que amamos la comida y odiamos el derroche, os sugiero que utilizéis preferentemente:

- la parte menos noble de frutas y verduras como las hojas exteriores, cáscaras, tallos, hojas, vainas;
- fruta muy madura o algo estropeada, como las manzanas, con golpes, las peras y las mandarinas demasiado blandas, los plátanos negros;
- verduras que ya no estén muy frescas como las hojas exteriores del hinojo y las lechugas.

Evitar los ingredientes a los que seas alérgico o intolerante, y las frutas y verduras que podrían tener un efecto irritante sobre la piel o mancharla como:

- guindillas
- granadas
- cúrcuma
- azafrán
- remolacha roja
- cerezas maduras y cerezas amarena

En caso de duda acerca de cualquier ingrediente, haz antes una prueba aplicando un trocito en una pequeña porción de piel (preferiblemente en la muñeca o en el interior del codo) durante 15 minutos, y observa si hay manchas o irritación. No utilices nunca el producto en el contorno de los ojos.

Dependiendo de la mezcla que crees, obtendrás un efecto más nutritivo, hidratante, anti-edad o purificante. En cualquier caso, después de la aplicación, dependiendo del producto, siempre sentirás la piel más suave, el pelo más brillante, las uñas más fuertes y brillantes.

A continuación, presentamos algunas ideas para comenzar a crear tus tratamientos de belleza únicos y personales: inspírate en la temporada e, incluso, con lo que tengas en la nevera, consulta las propiedades de cada ingrediente y las sugerencias de uso para crear tus mascarillas, envolturas, scrubs y exfoliantes. Experimenta las recetas que te proponemos y, después, invéntate las tuyas con lo que tengas en casa.

Ingredientes

Todos estos ingredientes se pueden utilizar para crear máscaras faciales, envolturas para el cabello, scrubs y exfoliantes para la piel, y tratamientos específicos para las manos y los pies.



Los albaricoques están llenos de propiedades: nutren la piel y la hacen más luminosa y aterciopelada. Refrescan la piel y la hacen más elástica. Dado que son muy ricos en almidón y vitamina A y E, atenúan las pequeñas arrugas, rejuveneciendo la piel. Si se aplica en el cabello, lo nutre y lo pone más brillante. Cuando los uses con el filtro Beauty, quítales el hueso y añade pocos de cada vez a la licuadora. Se combinan bien con zanahorias y unas rodajas de limón. El zumo es delicioso tomado al natural o usado para hacer jarabes y polos.



La piña tiene propiedades depurativas y purifica en profundidad la piel, con delicadeza, haciéndola más luminosa; al mismo tiempo favorece la renovación celular. Cuando la uses para la mascarillas, péjala pero déjale el corazón, córtala en cubitos o en rodajas, ponlo en la licuadora alternándola con la zanahoria, con la remolacha o el apio. El zumo se puede utilizar emulsionado con el aceite para condimentar las verduras.

Sandía



La sandía tiene muchísima agua, saborearla nos quita la sed, pero también hidrata nuestra piel en profundidad. Cuando uses sandía para las mascarillas, también puedes utilizar solo la cáscara o la parte blanca. Córta-la en cubitos e introdúcela poco a poco en la licuadora. Prueba el zumo al natural o condiméntalo como sopa fría.

Naranja



Para utilizarla en la licuadora, péla-la en gajos, córtala en trocitos e introduce un poco de cáscara junto con la pulpa. La naranja tiene propiedades anti-vejecimiento, atenúa las arrugas y revitaliza la piel. Si tienes la piel muy sensible, evítala o utilízala poco. Pruébala al natural o para marinar carnes y pescados.

Espárragos



No subestimes las propiedades de los espárragos para las mascarillas de belleza, sobre todo si tienes la piel mixta o grasa, por sus propiedades purificantes. En concreto, podrás utilizar incluso solo las partes más fibrosas para las mascarillas y en cambio quedarte con las puntas para llevar a la mesa. El zumo de espárragos, por sí solo, podría no gustarte; condiméntalo con aceite virgen extra, sal y pimienta y se transformará en un fresco gazpacho. Pruébalo también añadiendo cebolleta y otras hortalizas.

Aguacate



Es una fruta con muchas propiedades para la piel; en efecto, es rico en grasas monoinsaturadas, vitamina E y antioxidantes. Previene y atenúa las arrugas del rostro y la flaccidez cutánea, nutre en profundidad la piel seca. Para utilizarlo, pé-lalo y quítale el hueso; ponlo en la licuadora, alternándolo con zanahorias u otras hortalizas compactas.

Plátano



Riquísimo en vitaminas y sales minerales, nutre en profundidad la piel, la hace más luminosa y elástica. Es nutritivo también para el cabello: lo pone más suave y brillante. Para las mascarillas también puedes utilizar los plátanos negros o demasiado maduros; pé-lalos y méte-los en SuccoVivo, alternándolos con zanahoria en trocitos.

Brócoli



La brócoli es rica en vitaminas y antioxidantes, son muy valiosos para mascarillas anti-vejecimiento y tienen una función protectora de la piel. Para unir la utilización beauty y no derrochar, usa sobre todo las partes menos nobles, como tallo y hojas, córtalas en trozos grandes antes de meterlas en SuccoVivo. Para obtener una consistencia más cremosa, redúcelo en la sartén y utilízalo para condimentar, por ejemplo, un plato de pasta.

Zanahoria



Para la utilización beauty, la zanahoria es el ingrediente passpartout que une los demás ingredientes, da la consistencia adecuada a las mascarillas y las enriquece con más vitaminas y antioxidantes.

En la piel tiene un efecto emoliente y exfoliante; previene y atenúa las arrugas. También es perfecta para quemaduras leves y para preparar la piel al sol. Su zumo es dulce y versátil y se presta a varios usos, tanto al natural como en dulces o platos salados.

Col negra y col rizada



Son muy ricos en propiedades, tanto para comer como utilizándolos como productos de belleza. Tienen una función protectora en la piel, así como en todo el organismo, atenuando las arrugas, gracias a la función anti-vejecimiento. Para las mascarillas, puedes utilizar también solamente tallos y hojas peores, cortadas en rodajas finas, e introducir las en SuccoVivo alternándolas con otras frutas y hortalizas. Mezcla el zumo de col con manzana u otras hortalizas, para conseguir un gusto menos herbáceo.

Pepino



Es el ingrediente perfecto para preparar tónicos y mascarillas refrescantes, hidratantes y purificantes. Es ideal también para las quemaduras leves e hidrata la piel después del sol. Atenúa las arrugas y descongiona el rostro. Utiliza su pulpa para preparar mascarillas y mascarillas mientras que transformas el zumo en un tónico antiinflamatorio: es suficiente con unirlo a unas gotas de aceite de oliva virgen extra y aplicarlo en el rostro con una bolita de algodón. También puedes utilizar solo la cáscara, ponla poco a poco en SuccoVivo y alternala con otras hortalizas menos acuosas, como la zanahoria. El zumo de pepino se puede utilizar también como tónico para descongestionar o para pieles mixtas e impuras.

Cerezas



Tienen numerosas propiedades, no solo para el organismo, sino también para la belleza de la piel y el cabello, gracias a polifenoles y sales minerales que combaten localmente los radicales libres. Son refrescantes, drenantes, descongestionan el rostro, reducen las ojeras y mejoran la microcirculación. Además, estimulan la producción de colágeno y atenúan las arrugas. Quítales el carozo y pásalas en la licuadora, alternándolas con trocitos de zanahoria. Su zumo es dulce y delicioso; saboréalo al natural o redúcelo para utilizarlo como salsa o guarnición, incluso en platos salados.

Hinojo



El hinojo es rico en agua y vitamina C, hidrata la piel y la pone luminosa. Además, tiene un efecto purificador y astringente, perfecto para las pieles grasas o mixtas. Para las mascarillas utiliza las hojas más externas y las partes

que normalmente se tiran. El zumo de hinojo es un tónico calmante y descongestionante. Si lo sirves con hielo y jengibre, también resulta un excelente aperitivo.



Fresa

Utilizada en la piel, es eficaz para reactivar la microcirculación y la renovación celular, ideal también para quien padece cuperosis. Tiene propiedades depurativas, astringentes y antienvjecimiento, gracias su contenido en agua hidrata y pone la piel más lisa y luminosa, dándole un color uniforme y radiante. Córtala en trozos grandes y quítale las hojas, y métela en la licuadora, alternándola con otras hortalizas, como las zanahorias. El zumo de fresa será una merienda perfecta, tanto para ti como para los niños. Utiliza el zumo también para preparar sorbetes.



Lechuga y ensaladas

A menudo subestimamos las propiedades de la lechuga y las ensaladas, que en realidad son muy ricas en antioxidantes, tienen una función protectora en todo el organismo, incluida la piel y el cabello. Aplicadas en la piel, combaten el envejecimiento y atenúan las arrugas, hidratan a fondo, descongestionan el rostro con una acción purificante. Para las mascarillas, utiliza las hojas peores, que habrías tirado; córtalas en tiras e introdúcelas en la licuadora, alternándolas con manzana, zanahorias y otras hortalizas.



Limón y lima

Son ricos en sales minerales, vitaminas y antioxidantes. Gracias al ácido cítrico, ejercen una función aclarante sobre las manchas y purificante tanto en la piel como en el cabello. Tanto el limón como la lima son tónicos naturales con función astringente, que atenúan las arrugas, reequilibran la piel grasa y refuerzan las uñas. Cuando uses limón, pévalo en gajos y pon poca cáscara en la licuadora, a menos que con el zumo quieras hacer una limonada. También de las limas, no pongas toda la cáscara, para obtener un zumo que no resulte muy amargo. Córtalas en trocitos o en lonchas y alternalas con otras frutas y hortalizas, como las zanahorias o la remolacha.



Almendras dulces

Las almendras se utilizan desde siempre para la belleza de la piel y del cabello; en efecto, tienen un elevado poder emoliente, nutritivo y protector, adecuado incluso para las pieles más sensibles y el cabello más frágil. Para utilizarlas pévalas, ponlas en remojo la noche anterior o como mínimo 4 horas antes, para ablandarlas, mételas en la licuadora, poniendo pocas de cada vez, con agua, alternándolas con otros ingredientes.



Mango

Riquísimo en vitaminas, sales minerales y antioxidantes, es un ingrediente inestimable como aliado de belleza. Es suficiente con poco para conseguir una mascarilla más eficaz, sobre todo por el efecto antienvjecimiento de

reducción de las arrugas. Pévalo y córtalo en cubitos, eliminando el hueso. Usa poco e introdúcelo en la licuadora alternándolo con otras hortalizas, como el apio y la zanahoria.



Manzana

Se consigue fácilmente durante todo el año; es un ingrediente rico en propiedades que proporciona luminosidad e hidratación a la piel y combate el envejecimiento celular y favorece su renovación. Para las mascarillas, utiliza las partes menos preciadas, como la cáscara, la parte más rica en antioxidantes, o el corazón. Introdúcela en la licuadora alternándola siempre con otras hortalizas, como la zanahoria. Prueba el zumo tal cual o como ingrediente para otras preparaciones.



Melón

Ideal para pieles secas y para revitalizar los tejidos. Tiene una función descongestionante y emoliente en el rostro, alivia las quemaduras y las inflamaciones. Para las mascarillas, puedes utilizar también la parte más cerca de la cáscara; es mejor desechar la cáscara porque resulta demasiado coriácea. Córtalo en cubitos e introdúcelo en SuccoVivo en pequeñas cantidades de cada vez, alternándolo con otras hortalizas, como las zanahorias. El zumo es dulce y perfumado; utilízalo para preparar un aperitivo.



Nueces

Son perfectas para una mascarilla nutritiva y antienvjecimiento, gracias a su elevada concentración de grasas beneficiosas, vitaminas y sales minerales. Es suficiente con unas pocas nueces para enriquecer las propiedades de las mascarillas, las mascarillas y los scrubs. Además, ejerce una ligera acción de peeling, adecuada incluso para las pieles más sensibles. Una vez peladas, ponlas en remojo durante unas horas, antes de utilizarlas para las mascarillas. Introdúcelas en la licuadora, alternándolas con otros ingredientes, como fruta u hortalizas. El zumo es mínimo y te aconsejo utilizarlo en la cocina para masas.



Papaya

Tiene numerosas propiedades que la hacen especialmente apreciada en el ámbito beauty; entre otras, la de regenerar la piel y darle un aspecto más luminoso y uniforme. Para utilizarla, pévala y quítale las semillas del centro, córtala en cubitos y métela poco a poco en la licuadora, alternándola con otras hortalizas, como por ejemplo, zanahorias.



Pera

La pera tiene efectos astringentes tanto en la piel como en el cabello; por este motivo, es adecuada para pieles y cabellos grasos o combinada con otros ingredientes para mascarillas purificadoras. También puedes utilizar las partes

menos nobles, como la cáscara y el corazón. Mételas poco a poco en la licuadora y altérrnala con otras hortalizas.



Melocotón

El melocotón es un gran aliado de la piel, en especial de la piel seca y delicada. Gracias a su rico contenido en vitaminas y sales minerales y alto contenido de agua, el melocotón nutre la piel en profundidad, poniéndola más suave y sedosa. No tires la piel; utiliza también la semilla que contiene el hueso, que puedes meter en la licuadora junto con la pulpa. Altérrnalo con trocitos de zanahoria y pon poco de cada vez en la licuadora.



Tomate

El tomate es riquísimo en propiedades para todo el organismo, piel y cabello incluidos. No solo para ponerlos más bonitos, sino también con una función curativa. El tomate ejerce una acción tónica e hidratante en la piel, purificante e iluminadora. Tiene una acción descongestionante y atenúa las quemaduras solares. El tomate, aplicado en el cabello, lo pone más suave y brillante, reavivando el color natural, si se aplica antes del champú también tiene una acción anti-caspa. En combinación con el pepino, tiene una potente acción purificante, perfecta para las pieles grasas y mixtas.



Hojas de apio

El apio se encuentra fácilmente todo el año en el mercado y del mismo podemos utilizar para las mascarillas beauty, incluso solo las partes menos nobles, como las hojas, el corazón y los extremos. Es económico y tiene muchísimas propiedades, incluso curativas, no solo para el organismo sino también para la piel y el cabello. Tiene una acción descongestionante, purificante y antioxidante, que combate el envejecimiento.



Cababaza

Con poca es suficiente, incluso solamente la cáscara, cortada en trozos pequeños, para añadir o potenciar en tus mascarillas la acción hidratante, nutritiva, antienvjecimiento y descongestionante.



Cababacines

Riquísimos en agua, hidratan a fondo la piel, atenuando y descongestionando ligeras quemaduras e inflamaciones. Córtalos en pedazos y colócalos en la licuadora.

Aquí tienes la descripción de otros ingredientes que te servirán para enriquecer o completar las tratamientos de belleza:

① Emolientes y nutrientes	② Peelings y Scrubs	③ Antienvjecimiento	④ Purificante
- Miel	- Azúcar de caña	- Cacao amargo	- Agua de rosas
- Yogur	- Posos del café	- Aloe	- Vinagre de manzana
- Aceite de oliva virgen extra	- Sal gruesa		- Arcilla verde
- Harina de avena o de arroz	- Bicarbonato		



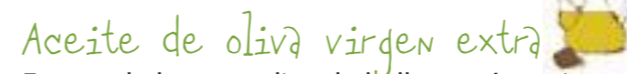
Miel

La miel en las mascarillas y en las mascarillas tiene una función doble: por una parte, enriquece el tratamiento beauty con propiedades emolientes y antioxidantes; por otro lado, proporciona al compuesto la consistencia adecuada, haciéndolo más fácil de aplicar.



Yogur

Hidrata y nutre la piel en profundidad y añadido a la pulpa Beauty le proporciona una consistencia fácil de aplicar. Añadido a las mascarillas para el cabello, tiene un efecto acondicionador, nutriéndolo en profundidad. Gracias al ácido láctico y a la vitamina H, tiene un efecto exfoliante y antienvjecimiento.



Aceite de oliva virgen extra

Es uno de los remedios de belleza más antiguos, tiene propiedades milagrosas para la piel, así como para el cabello y las uñas, que nutre en profundidad. Piel más lisa, uñas más fuertes y cabello más suave y brillante.



Harina de avena

La harina de avena, económica y con muchas propiedades, ya está lista para su uso. En alternativa, puedes comprar los copos y batirlos tú misma, hasta obtener la harina. Gracias a la presencia de betaglucano, tiene un efecto protector en la piel y el cutis. Tiene un efecto purificante, antiinflamatorio y descongestionante. Añadida a la pulpa Beauty, tiene un efecto peeling, adecuado incluso para las pieles más delicadas, tanto del cuerpo como del rostro.



Azúcar de caña

Añadido a mascarillas y mascarillas, ejerce un efecto scrub en la piel, favoreciendo su renovación y poniéndola más lisa y suave. Si fuera posible, elige el integral, como las variedades Panela o Mascavo para el rostro, porque los gránulos son más pequeños y ejerce un efecto más delicado. En cambio, para el cuerpo va muy bien también el de caña, con cristales homogéneos que normalmente son más grandes.



Posos del café

Los posos del café son un verdadero recurso. Apártalos, en la nevera o en el congelador, y utilízalos para realizar peeling delicados o scrub para el cuerpo, así como para las manos y los pies.

Sal gruesa



La sal gruesa es drenante y modeladora, combate la retención de líquidos y es anticelulítica. Añadida a la pulpa Beauty, une a sus propiedades también la acción scrub que favorece la renovación celular.

Bicarbonato



El bicarbonato es un gran aliado de belleza, económico y fácil de encontrar. Añadido a la pulpa Beauty, le proporciona propiedades delicadas y exfoliantes, poniendo la piel más suave y lisa. Masajeada en la piel de las manos y los pies, elimina las zonas secas y pone la piel lisa. También es ideal para cabello graso, porque lo pone más bonito y reduce el sebo en exceso.



Chocolate o cacao amargo

El chocolate, al igual que el cacao amargo, es adecuado para cualquier tipo de piel, tiene importantes propiedades antioxidantes y puede añadirse a varios tipos de mascarillas de belleza, tanto para la piel como para el cabello, en ambos casos ejerce un efecto iluminador y antienvjecimiento.

Aloe



Para obtener un gel de aloe fresquísimo listo para usar todas las veces que quieras, compra una planta de aloe. Arranca una hoja de la base de vez en cuando; espera a que la planta de regenere para arrancarle otra, a menos que quieras utilizarla toda. Pela la hoja para eliminar la capa externa. Une el gel obtenido con la pulpa Beauty para obtener un efecto lifting que pone la piel más elástica y joven. Puedes utilizar el aloe tanto para hacer mascarillas para el rostro, como para el cuerpo, las manos y los pies.



Aguá de rosas

El agua de rosas tiene un efecto astringente y tónico para la piel; por este motivo es especialmente adecuado para pieles grasas. Gracias a sus propiedades lenitivas y reparadoras, es adecuada incluso para pieles sensibles, irritadas por el frío o con leves quemaduras. Es suficiente con pocas gotas para enriquecer con un toque perfumado tus mascarillas de belleza, con efectos beneficiosos para la piel y sin efectos colaterales.

Vinagre de manzana



Añadido a las mascarillas para el pelo, lo pone suave y brillante. En las mascarillas para las manos pone las uñas más fuertes y brillantes.

Arcilla verde



La encuentras en el herbolario y es especialmente eficaz añadida a la pulpa Beauty para crear mascarillas purificantes, perfectas para pieles grasas y mixtas.

Cómo se preparan

Ahora que has explorado, todo lo que necesitas es:

- ingredientes: frutas, verduras, hierbas, semillas oleaginosas, especias para la Pulpa Beauty;
- ingredientes adicionales para completar los tratamientos Beauty: miel, yogurt, aceite y cacao.

Ya estás listo/a para crear tus tratamientos Beauty: mascarillas, envolturas, scrubs, exfoliantes.

Instrucciones para crear tus tratamientos de belleza:

- ① Preparar los ingredientes que se deseen utilizar como, por ejemplo, manzana, hinojo, lechuga, pepino, zanahoria...
 - lavar la fruta y la verdura, y eliminar cualquier hueso, tallo, etc. y cortar en trozos grandes;
 - si se utiliza fruta seca o semillas oleaginosas, ponerlas en remojo al menos 1 hora antes de usarlas para ablandarlas.
- ② Introducir el filtro Beauty en el extractor Imetec SuccoVivo.
- ③ Introducir los ingredientes en el extractor para obtener el zumo y la Pulpa Beauty.
- ④ Saborear el zumo al natural.
- ⑤ Añadir a la Pulpa Beauty obtenida, los ingredientes necesarios para completar los tratamientos Beauty como: miel y harina de avena para las mascarillas, bicarbonato para un efecto exfoliante, azúcar de caña y sal gorda para los scrubs, cacao y aloe para el efecto anti-edad.
- ⑥ Mezclar bien hasta obtener un compuesto suave y homogéneo.

Ya está listo para la aplicación.



¡ATENCIÓN!

Antes de aplicar en la piel o en el cabello los tratamientos preparados con el filtro Beauty, pruébelos siempre en una pequeña porción de piel, en la muñeca y en la parte interna del codo. Espere al menos 15 minutos para comprobar que no haya reacciones alérgicas. Si no hay enrojecimientos, escozor o alteraciones alérgicas, se puede aplicar.

No use nunca el producto en el contorno de ojos.

Lave muy bien las frutas y verduras antes de colocarlas en la licuadora en frío y enjuague bien la máscara y el scrub al final de la aplicación.

Cómo aplicar mascarillas y envolturas

- ① Antes de proceder con la aplicación, eliminar de la piel, especialmente de la cara, los restos de cremas, aceites y maquillaje. Desmaquillar bien la piel y pasar un algodón impregnado en tónico, secar bien y proceder con la aplicación de la mascarilla.
- ② Tumbarse en la cama o en el sofá con una toalla debajo de la zona a tratar. Por ejemplo, debajo de la cabeza para una envoltura en la cara, debajo de las piernas en caso de un tratamiento de relax para las piernas. Con el fin de no ensuciar, también puedes poner una capa de película debajo de la cabeza y los pies que, además, será útil para recuperar el exceso de Pulpa.
- ③ Aplicar una capa fina del producto uniformemente sobre la zona a tratar, presionando para que se adhiera bien a la piel.
- ④ Cierra los ojos y relájate dejando que el producto actúe al menos durante 15 minutos.
- ⑤ Transcurrido este tiempo eliminar el exceso de producto y enjuagar ligeramente el área tratada con agua tibia.

Solución de problemas

Os dejamos un pequeño manual para resolver los problemas que puedan surgir:

- ① Si la máscara no acaba de adherirse a la cara, intentar limpiar la piel, aplicar el tónico dando toquecitos con un algodón y secar antes de proceder con la aplicación.
- ② Para ligar mejor los tratamientos Beauty añadir miel o en alternativa, jarabe de arce, jarabe de arroz, malta de cebada.
- ③ Si el tratamiento Beauty obtenido es demasiado seco, se puede añadir a la mezcla de frutas y verduras ingredientes blandos como plátano, aguacate, pepino, piña o, alternativamente, unas cucharadas de yogur.
- ④ Si el tratamiento Beauty es más bien demasiado líquido, añadir a la mezcla semillas oleaginosas y frutos secos remojados, zanahoria o apio.
- ⑤ Si la Pulpa Beauty es perfecta, pero no te gusta el zumo, prueba a añadir manzana y jengibre, a menudo hacen milagros.

Mascarilla hidratante



INGREDIENTES

- Las hojas externas de un hinojo
- 1 manzana
- ½ pepino
- 1 puñado de hojas de apio
- 1 plátano
- ½ zanahoria

INGREDIENTES ADICIONALES

- 3 cucharadas de miel
- 1 cucharada de harina de avena

PREPARACIÓN

1. Pelar el plátano. Cortar la fruta y verdura en dados y colocarlas en el extractor poco a poco, alternándolas.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel y la harina de avena y mezcla bien.

BENEFICIOS

Cada vez que sientas la piel seca y deshidratada, concédete 15 minutos y prueba esta mascarilla que, gracias a la mezcla de ingredientes y, en particular, al pepino y el plátano, la nutre aportándole vitalidad.

Mascarilla nutritiva



INGREDIENTES

- 2 peras
- 2 ciruelas
- 1 plátano
- ½ zanahoria

INGREDIENTES ADICIONALES

- 2 cucharadas de miel
- 2 cucharadas de yogur

PREPARACIÓN

1. Quitar el hueso de las ciruelas, pelar los plátanos e introducirlos en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel o el yogur y mezcla bien.

BENEFICIOS

Acuérdate de esta mascarilla cada vez que necesites un poco de nutrición extra para la piel de la cara. Gracias a la combinación de ingredientes y, en especial, a las ciruelas y el yogur sentirás la piel nueva, nutrida y sedosa.

Mascarilla lifting



INGREDIENTES

- La antorcha de piña
- 1 taza de fresas
- ½ aguacate
- 1 trocito de jengibre
- ½ plátano
- 1 zanahoria

INGREDIENTES ADICIONALES

- 1 cucharada de miel
- 1 pobre cucharada de cacao amargo

PREPARACIÓN

1. Pelar el aguacate y quitar el hueso. Pelar el jengibre y el plátano. Cortar la fruta en dados o rodajas. Introducirlos en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel y el cacao amargo y mezcla bien.

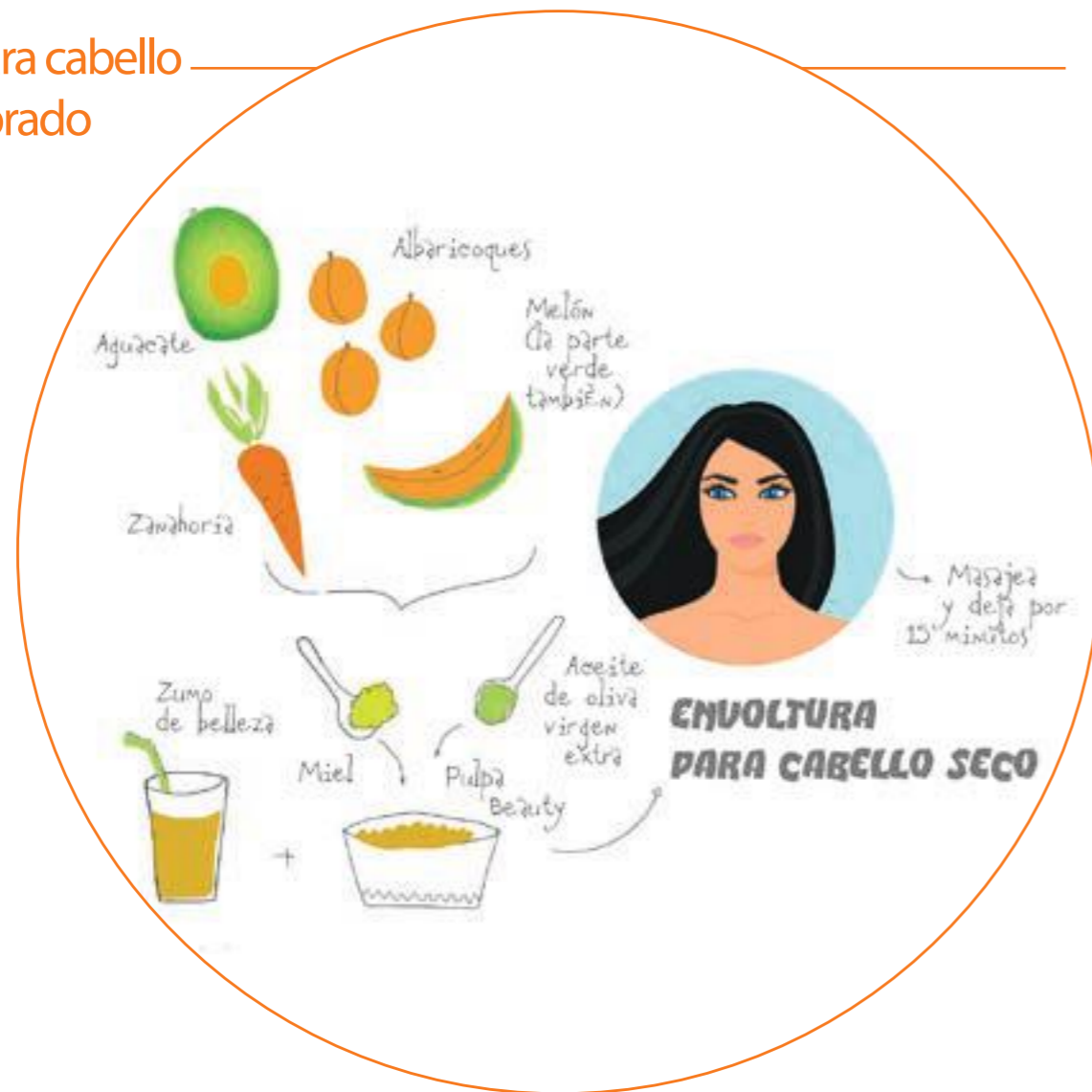
BENEFICIOS

¿Cara cansada y arrugas marcadas? Pon remedio rápido con esta mascarilla con efecto anti-edad. Gracias a la mezcla de piña, fresas y aguacate, pero sobre todo, gracias al cacao amargo, la piel de la cara estará más tersa y luminosa, y las arrugas menos visibles.

APLICACIÓN

Acuéstate con una toalla debajo de la cabeza, preferiblemente cubierta con película transparente. Toma una cucharadita de la mezcla y distribúyela por la cara y el cuello poniendo una capa fina, evitando el área de los ojos. Cierra los ojos y relájate. Deja actuar al menos durante 15 minutos. Retira el exceso de Pulpa Beauty, enjuágate la piel con agua templada.

Envoltura para cabello seco y desfibrado



INGREDIENTES

- ½ aguacate
- 100 g de albaricoques
- 2 rebanadas de melón
- 1 zanahoria

INGREDIENTES ADICIONALES

- 2 cucharadas de miel
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra o aceite de lino

PREPARACIÓN

1. Pelar el aguacate y quitar el hueso al aguacate. Pelar el melón y quitar los huesos a los albaricoques. Cortar la fruta y la verdura en dados. Colocarlas en el extractor poco a poco, alternándolas.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel y el aceite y mezcla bien.

BENEFICIOS

Si tu cabello es áspero y sin brillo, prueba esta envoltura nutritiva de aguacate y melón que nutre el cabello en profundidad dándole luminosidad y cuerpo.

Envoltura para cabello graso



INGREDIENTES

- 2 pepinos
- 300 g de tomate
- 50 g de hojas de apio
- 1 limón pelado
- 1 trocito de jengibre
- 2 zanahorias

PREPARACIÓN

1. Pelar el jengibre. Cortar las verduras en dados. Introducir las en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel.

INGREDIENTES ADICIONALES

- 3 cucharadas de miel

BENEFICIOS

Aprovecha el poder limpiador del pepino y el limón para regenerar la piel de forma natural, ayudando a restaurar el funcionamiento normal de su flora bacteriana.

Envoltura para cabello encrespado y sin brillo



INGREDIENTES

- 1 plátano maduro
- 1 pera madura
- 1 limón pelado
- Un poco de lechuga
- 1 trocito de jengibre
- 1 zanahoria

PREPARACIÓN

1. Pelar el plátano y el jengibre. Cortar la fruta y la verdura en trocitos. Introducir las en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel y lo yogurt y mezcla bien.

INGREDIENTES ADICIONALES

- 3 cucharadas de miel
- ½ vaso de yogurt natural (incluso caducado)

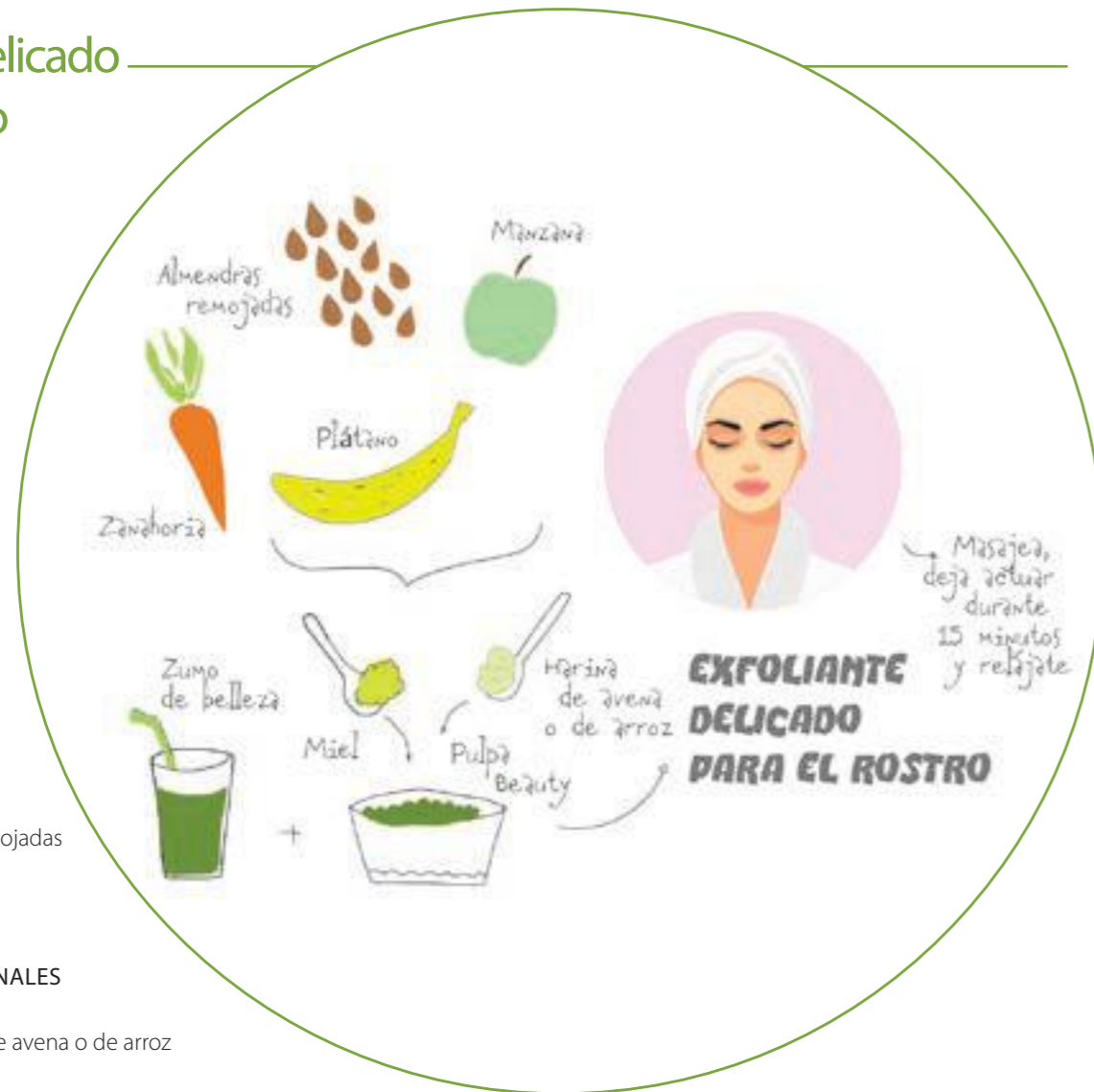
BENEFICIOS

La hidratación y la nutrición son los secretos para restaurar la vitalidad al cabello y combatir el efecto encrespado (frizz). Gracias a los beneficios del plátano y del limón disfrutarás de un super zumo y tu pelo lucirá más hermoso de inmediato.

APLICACIÓN

Métete en la ducha o en la bañera, aplica la mezcla sobre el cabello y distribúyelo uniformemente. Envuelve el cabello con una película transparente o con un gorro de plástico. Dejar actuar durante 15 minutos. Transcurrido este tiempo, masajear ligeramente, quitar el exceso de Pulpa Beauty y secar el pelo. Completar el tratamiento con un champú ligero, enjuagar y secar como de costumbre.

Exfoliante delicado para el rostro



INGREDIENTES

- 30 g de almendras remojadas
- 2 manzanas
- 1 plátano
- 1 zanahoria

INGREDIENTES ADICIONALES

- 1 cucharada de miel
- 2 cucharas de harina de avena o de arroz

PREPARACIÓN

1. Pon en remojo las almendras durante un mínimo de 4 horas.
2. Quitar el hueso de la manzana y pelar el plátano. Cortar los ingredientes en trocitos. Introducirlos en el extractor.
3. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
4. Junta a la pulpa la miel y la harina de avena o de arroz y mezcla bien.

BENEFICIOS

Una vez por semana, aplicar esta exfoliante suave en la piel de la cara. La almendra y el plátano favorecen la renovación celular nutriendo la piel en profundidad.

APLICACIÓN

Humedecer la piel ligeramente, tomar una porción (del tamaño de una nuez) del compuesto y empezar a masajear la piel de la cara, continuar por el cuello y masajear suavemente durante un rato. Retirar el exceso de Pulpa Beauty, enjuagar con agua templada. El tratamiento se puede completar aplicando tónico o agua de rosas.

Scrub para el cuerpo con azúcar del caña



INGREDIENTES

- 1 pera madura
- 1 naranja
- 1 zanahoria

INGREDIENTES ADICIONALES

- 1 vaso de azúcar de caña
- 2 cucharadas de miel

PREPARACIÓN

1. Pelar a lo vivo la naranja. Cortar la fruta y la zanahoria en trocitos. Introducirlos en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Une a la pulpa la miel y el azúcar de caña y mezcla bien.

BENEFICIOS

Cuando la piel se vuelve áspera y seca hace falta un tratamiento de choque: como este scrub regenerador a la pera y la naranja que elimina las células muertas dando nueva vitalidad a la piel.

Scrub para el cuerpo de sal gruesa



INGREDIENTES

- ½ aguacate
- 150 g de tomate
- 1 pepino
- 1 trocito de jengibre

INGREDIENTES ADICIONALES

- ½ vaso de sal gorda
- 2 cucharaditas de miel

PREPARACIÓN

1. Pelar el aguacate y quitarle el hueso. Pelar el jengibre y cortar la fruta y la verdura en dados. Introducirlos en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel y la sal gruesa y mezcla bien.

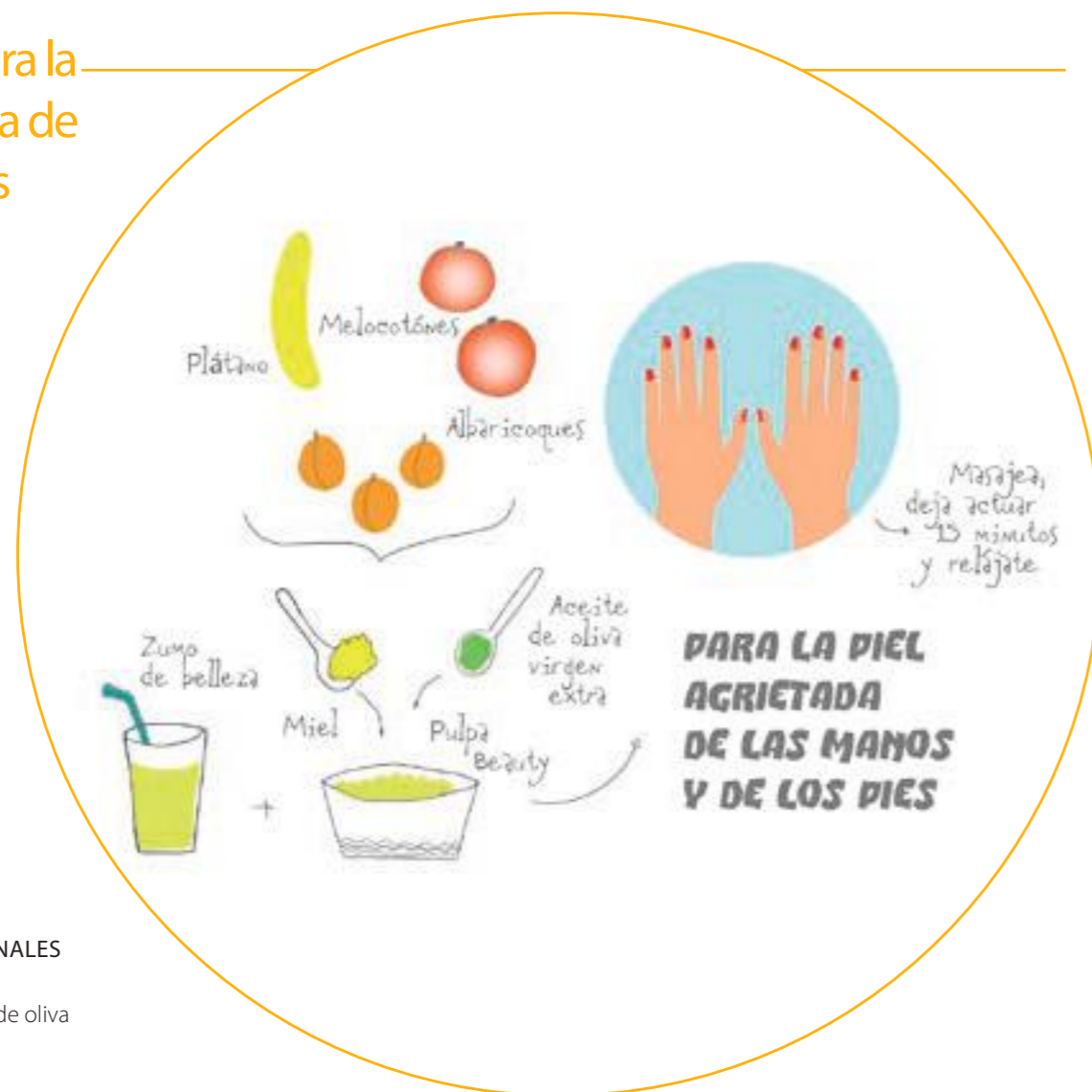
BENEFICIOS

Piel nueva y aperitivo refrescante: es el momento adecuado para probar este exfoliante con tomate y pepino que, gracias a las propiedades de las verduras y a la acción física de la sal, renovarán la piel en profundidad.

APLICACIÓN

Humedecer ligeramente la piel del cuerpo en la ducha, tomar una cucharadita de la mezcla por vez y empezar a masajear la piel empezando por los pies y subiendo hasta el cuello. Masajear todas las partes del cuerpo, insistiendo en los puntos más ásperos como codos y talones. Retirar el exceso de Pulpa Beauty, enjuagar con agua templada, continuar (si se desea) con un detergente delicado.

Envoltura para la piel agrietada de manos y pies



INGREDIENTES

- 2 albaricoques
- 2 melocotones
- 1 plátano

INGREDIENTES ADICIONALES

- 2 cucharadas de miel
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra

PREPARACIÓN

1. Quitar los huesos a los albaricoques y melocotones, pelar el plátano. Cortar los ingredientes en trocitos. Introducirlos en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel y el aceite y mezcla bien.

BENEFICIOS

El melocotón, el albaricoque y el plátano realmente pueden echarle una mano para tener una piel más suave y tersa, no sólo de las manos sino también los pies.

APLICACIÓN

Para las manos: poner la mezcla en un cuenco grande. Sentarse cómodamente con un paño o una toalla en las piernas. Colocar las manos en el cuenco y empezar a masajear con la mezcla. Masajear bien y dejar que se absorba el compuesto durante unos 15 minutos. Si quieres, puedes poner las manos dentro de unos guantes de plástico como los que se utilizan en el supermercado. Transcurridos 15 minutos, retira el exceso de Pulpa Beauty y enjuágate las manos con agua templada.

Para los pies: para hacer que el scrub sea más eficaz, pon antes los pies en remojo durante 15 minutos en agua caliente / templada con un puñado de sal gorda. Después de este tiempo vaciar el balde y llenar con el compuesto. Sentarse y poner los pies en el balde. Masajear bien los pies y dejar que el compuesto se absorba durante unos 15 minutos. Transcurrido este tiempo, retirar el exceso de Pulpa Beauty y enjuagar los pies con agua templada.

Envoltura exfoliante para la piel áspera de manos y pies



INGREDIENTES

- 1 pera madura
- 1 manzana
- 30 g de almendras remojadas
- 1 trocito de jengibre

PREPARACIÓN

1. Quitar el hueso de la manzana y la pera. Poner las almendras en remojo al menos 4 horas. Pelar el jengibre. Cortar la fruta en trocitos. Introducirlos en el extractor.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa la miel y lo yogurt y mezcla bien.

INGREDIENTES ADICIONALES

- 1 cucharada de miel
- 1 yogurt natural (incluso caducado)

BENEFICIOS

Si es cierto que son los detalles los que marcan la diferencia, no descuidemos la piel de las manos y los pies y, al menos, 1 vez al mes concedámonos este tratamiento exfoliante que ayuda a mantener la piel lisa y suave gracias a la pera y las almendras.

APLICACIÓN

Para las manos: poner la mezcla en un cuenco grande. Sentarse cómodamente con un paño o una toalla en las piernas. Colocar las manos en el cuenco y empezar a masajear con la mezcla. Masajear bien y dejar que se absorba el compuesto durante unos 15 minutos. Si quieres, puedes poner las manos dentro de unos guantes de plástico como los que se utilizan en el supermercado. Transcurridos 15 minutos, retira el exceso de Pulpa Beauty y enjuágate las manos con agua templada.

Para los pies: para hacer que el scrub sea más eficaz, pon antes los pies en remojo durante 15 minutos en agua caliente / templada con un puñado de sal gorda. Después de este tiempo vaciar el balde y llenar con el compuesto. Sentarse y poner los pies en el balde. Masajear bien los pies y dejar que el compuesto se absorba durante unos 15 minutos. Transcurrido este tiempo, retirar el exceso de Pulpa Beauty y enjuagar los pies con agua templada.

Envoltura para manos con uñas frágiles



INGREDIENTES

- 1 limón
- 150 g de piña
- ½ aguacate
- Algunas hojas de menta

PREPARACIÓN

1. Pelar el limón al vivo, dejando solo 1 trocito de piel. Quitarle el hueso al aguacate. Cortar la piña y el aguacate en trocitos. Introducirlos en el extractor con la menta.
2. Saborea el zumo y aparta la Pulpa Beauty.
3. Junta a la pulpa el vinagre y el aceite y mezcla bien.

INGREDIENTES ADICIONALES

- 1 cucharada de vinagre de manzana
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra

BENEFICIOS

Si tienes la piel seca, y las uñas que se rompen, prueba este tratamiento que, gracias a los beneficios del aguacate y la piña tiene un efecto nutritivo y fortalecedor.

APLICACIÓN

Poner la mezcla en un cuenco grande. Sentarse cómodamente con un paño o una toalla en las piernas. Colocar las manos en el cuenco y empezar a masajear con la mezcla Masajear bien hasta cubrir las uñas, y dejar que se absorba el compuesto durante unos 15 minutos. Transcurrido este tiempo, retirar el exceso de Pulpa Beauty y enjuagar las manos con agua templada.

1. Cosmetici Fatti in Casa for Dummies - Libro
I principi attivi di origine naturale - Le preparazioni per la pelle e i capelli - Le ricette spiegate passo per passo di Patrizia Garzena, Marina Tadiello
2. Cosmetici fai da te. Prodotti di bellezza naturali, efficaci, economici di Carlitadolce
3. Igiene e Cosmesi Naturale, Idee e ricette per il bambino, la famiglia e la casa di Maura Gancitano, Il Leone Verde
4. Cosmetici Naturali per Viso, Corpo e Capelli
Divertiti e risparmia con oltre 120 ricette "Fai da Te" di Anna Simone, Glorianna Vaschetto

Le informazioni presenti nel ricettario non sostituiscono il consulto medico professionale.
Occorre sempre chiedere il parere del proprio medico o di altro operatore sanitario qualificato prima di iniziare qualsiasi nuovo trattamento o per porre domande riguardanti una condizione medica o di salute.

Per tutto quanto non specificato nel ricettario, fare riferimento al libretto d'istruzioni.
Le caratteristiche tecniche ed estetiche dei prodotti possono essere soggette a variazioni senza preavviso.

Las informaciones contenidas en las recetas no reemplazan la consulta médica profesional.
Es necesario consultar siempre su propio médico u otro profesional de la salud calificado antes de iniciar un nuevo tratamiento o para preguntar sobre una condición médica o de salud.

Para todo lo que no se especifique en el recetario, consulte el manual de instrucciones.
Las características técnicas y estéticas de los productos pueden estar sujetas a variaciones sin previo aviso.