

Το ελαϊ-δικό μας βάλαμο...

ΕΠΙΛΟΓΗ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΑ : ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΒΡΥΣΩΝ

ΣΤΟ ΠΛΑΙΣΙΟ της δράσης : Το ελαϊ-δικό μας

Το βάλαμο για τα χείλη (Lip balm) εφαρμόζεται τοπικά στα χείλη για να τα ανακουφίσει από την ξηρότητα, γωνιακή χειλίτιδα, τη στοματίτιδα, ή τις πληγές από το κρύο. Ο πρωταρχικός σκοπός του είναι να παράσχει ένα αποφρακτικό στρώμα στην επιφάνεια των χειλιών για να σφραγίσει την υγρασία στα χείλη και να τα προστατεύσει από την εξωτερική έκθεση. Η **ΣΥΝΤΑΓΗ** για το βάλαμο συνδυάζει το ελαιόλαδο και τη σοκολάτα και φυσικά γίνεται... απόλαυση!

Θα χρειαστείτε:

150 ml Ελαιόλαδο
60 ml Κερί μέλισσας, τριμμένο ή σε κομματάκια
Μισή κάψουλα βιταμίνης E
2-3 κομματάκια σοκολάτας

Τρόπος παρασκευής:

1. Λιώστε προσεκτικά στον φούρνο μικροκυμάτων ή σε Μπεν μαρί το κερί μέλισσας και το ελαιόλαδο. Μην τα βράσετε! Αν το μείγμα αρχίσει να βράζει, προσεκτικά βγάλτε το από τον φούρνο και αφήστε το να κρυώσει.

Αν το κάνετε με Μπεν μαρί : Σε μία κατσαρόλα με νερό που σιγοβράζει, βάζουμε από πάνω ένα μπολ. Φροντίζουμε το μπολ μας να είναι πολύ καθαρό και να μην έχει ίχνος νερού. Βάζουμε μέσα το λάδι και το κερί. . **Προσοχή** δεν πρέπει το μπολ να ακουμπάει στο νερό.

2. Όταν τα δύο αυτά υλικά ανακατευτούν πολύ καλά μεταξύ τους, τρυπήστε την κάψουλα με την βιταμίνη E χρησιμοποιώντας μια βελόνα και ζουλήξτε τη, έτσι ώστε να πέσει η μισή ποσότητα μέσα στο μείγμα, και ανακατέψτε το.
3. Στη συνέχεια ρίξτε τα κομματάκια σοκολάτας και ανακατέψτε πολύ καλά μέχρι να ομογενοποιηθούν.
4. Τέλος, αποθηκεύστε το μείγμα σε μικρά βαζάκια με καπάκι. Το βάλαμο σας (lip balm) είναι έτοιμο και έχει υπέροχη γεύση και υφή!

- Το φυσικό κερί μέλισσας με 300 ουσίες σε συνδυασμό με το **ελαιόλαδο** δίνουν ένα αποτέλεσμα πλούσιο σε βιταμίνες, ιχνοστοιχεία, υδρογονάνθρακες και αντιοξειδωτικά που περιποιείται το δέρμα με τον πιο φυσικό τρόπο.
- Η **βιταμίνη E** είναι μια μοναδική βιταμίνη Είναι ένα ισχυρό αντιοξειδωτικό, που απαλύνει το δέρμα και εμποδίζει την απώλεια νερού μέσω της επιδερμίδας, καταπολεμώντας την ξηρότητα. Σταθεροποιείται στο νερό κι έτσι μπορεί να χρησιμοποιηθεί εύκολα μέσα στα προϊόντα.
- Η **σοκολάτα** εκτός από γλυκεία γεύση έχει και θεραπευτικές ιδιότητες και βοηθά στη θρέψη των χειλιών.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

<http://www.healthyme.gr/m/articles/1635-bitamine-e-e-bitamine-tes-omorphias>
<http://www.nooz.gr/woman/lip-balm-ladi-kai-sokolata-gia-ta-xeili>