



Ποιος να το περίμενε; Το πιο δημοφιλές ποτό στον κόσμο (μετά το νερό), είναι σύμμαχος και στην ομορφιά! Εδώ είναι μερικές συμβουλές για το πώς να χρησιμοποιήσετε το τσάι και να πάρετε τα πάνω σας!

### **Μάσκα με τσάι και μέλι**

Είναι μια απλή μάσκα που μαλακώνει το δέρμα. Αραιώστε ελάχιστα 4 κουταλιές της σούπας μέλι με λίγο ζεστό τσάι, ώστε να απλώνεται εύκολα στο πρόσωπο, αλλά να μην

τρέχει. Απομακρύνετε τα μαλλιά από το πρόσωπο και καθαρίστε καλά την επιδερμίδα, αφαιρώντας όλα τα ίχνη από μακιγιάζ και σκόνη. Με τα δάχτυλα, αλείψτε τη μάσκα στο πρόσωπο, αποφεύγοντας την ευαίσθητη περιοχή γύρω από τα μάτια. Ξαπλώστε μέχρι να στεγνώσει τελείως – περίπου 15-20 λεπτά. Ξεβγάλτε με χλιαρό νερό.

### **Απολέπιση για ευαίσθητες επιδερμίδες**

Αντί να πετάξετε το τσάι, χρησιμοποιήστε το για καθημερινή απολέπιση. Τρίψτε ελαφρά το πρόσωπό σας για να απομακρύνεται τα νεκρά κύτταρα και τη σκόνη. Το τσάι είναι τόσο απαλό, που μπορείτε να το χρησιμοποιείτε καθημερινά, ακόμη και στο πιο ευαίσθητο δέρμα.

### **Λοσιόν ενυδάτωσης με εσπεριδοειδή**

Σε ένα μπουκαλάκι ανακατέψτε 140mL πολύ δυνατό πράσινο τσάι, προσθέστε το χυμό 1/2 λεμονιού, 2 κουταλιές της σούπας ξύσμα πορτοκάλι και 2 κουταλιές ξύσμα γκρέιπφρουτ. Ανακινήστε καλά και αφήστε το στο ψυγείο. Σουρώστε σε ένα άλλο μπουκάλι και χρησιμοποιήστε μετά τον καθαρισμό με ένα κομμάτι βαμβάκι.

### **Κρέμα προσώ που με λευκό τσάι**

Φτιάξτε 1 φλιτζάνι λευκό τσάι σύμφωνα με τις οδηγίες, αλλά με 4 φακελάκια-πυραμίδες αντί για 1. Αφήστε να κρυώσει. Σε χαμηλή φωτιά, αναμείξτε μαζί 4 κουταλιές της σούπας κρέμα γάλακτος, 2 κουταλιές της σούπας λευκό τσάι και 2 κουταλιές της σούπας μέλι, μέχρι να λιώσει το μέλι. Κατεβάστε από τη φωτιά, προσθέστε 10 κουταλιές της σούπας λευκό τσάι και 1 κρόκο αυγού. Χτυπήστε δυνατά για 2-3 λεπτά, για να γίνει μια ομοιόμορφη κρέμα. Φυλάξτε σε βαζάκι στο ψυγείο. Απλώστε μια λεπτή στρώση σε καθαρό πρόσωπο και λαιμό.

### **Tip: τσάι αντί για ροδόνηρο**

Το τσάι είναι τόσο απαλό, που μπορείτε άφοβα να αντικαταστήσετε το ροδόνηρο στις συνταγές ομορφιάς με αντίστοιχη ποσότητα δυνατού λευκού ή πράσινου τσαγιού.

Πηγή: Μάθε να ζεις καλύτερα, Lipton-tea can do that, Εκδ. Ελληνικά γράμματα

□

Ποιος να το περίμενε; Το πιο δημοφιλές ποτό στον κόσμο (μετά το νερό), είναι σύμμαχος και στην ομορφιά! Εδώ είναι μερικές συμβουλές για το πώς να χρησιμοποιήσετε το τσάι και να πάρετε τα πάνω σας!

### Μάσκα με τσάι και μέλι

Είναι μια απλή μάσκα που μαλακώνει το δέρμα. Αραιώστε ελάχιστα 4 κουταλιές της σούπας μέλι με λίγο ζεστό τσάι, ώστε να απλώνεται εύκολα στο πρόσωπο, αλλά να μην τρέχει. Απομακρύνετε τα μαλλιά από το πρόσωπο και καθαρίστε καλά την επιδερμίδα, αφαιρώντας όλα τα ίχνη από μακιγιάζ και σκόνη. Με τα δάχτυλα, αλείψτε τη μάσκα στο πρόσωπο, αποφεύγοντας την ευαίσθητη περιοχή γύρω από τα μάτια. Ξαπλώστε μέχρι να στεγνώσει τελείως – περίπου 15-20 λεπτά. Ξεβγάλτε με χλιαρό νερό.

### Απολέπιση για ευαίσθητες επιδερμίδες

Αντί να πετάξετε το τσάι, χρησιμοποιήστε το για καθημερινή απολέπιση. Τρίψτε ελαφρά το πρόσωπό σας για να απομακρύνεται τα νεκρά κύτταρα και τη σκόνη. Το τσάι είναι τόσο απαλό, που μπορείτε να το χρησιμοποιείτε καθημερινά, ακόμη και στο πιο ευαίσθητο δέρμα.

### Λοσιόν ενυδάτωσης με εσπεριδοειδή

Σε ένα μπουκαλάκι ανακατέψτε 140mL πολύ δυνατό πράσινο τσάι, προσθέστε το χυμό 1/2 λεμονιού, 2 κουταλιές της σούπας ξύσμα πορτοκάλι και 2 κουταλιές ξύσμα γκρέιπφρουτ. Ανακινήστε καλά και αφήστε το στο ψυγείο. Σουρώστε σε ένα άλλο μπουκάλι και χρησιμοποιήστε μετά τον καθαρισμό με ένα κομμάτι βαμβάκι.

### Κρέμα προσώπου με λευκό τσάι

Φτιάξτε 1 φλιτζάνι λευκό τσάι σύμφωνα με τις οδηγίες, αλλά με 4 φακελάκια-πυραμίδες αντί για 1. Αφήστε να κρυώσει. Σε χαμηλή φωτιά, αναμείξτε μαζί 4 κουταλιές της σούπας κρέμα γάλακτος, 2 κουταλιές της σούπας λευκό τσάι και 2 κουταλιές της σούπας μέλι, μέχρι να λιώσει το μέλι. Κατεβάστε από τη φωτιά, προσθέστε 10 κουταλιές της σούπας λευκό τσάι και 1 κρόκο αυγού. Χτυπήστε δυνατά για 2-3 λεπτά, για να γίνει μια ομοιόμορφη κρέμα. Φυλάξτε σε βαζάκι στο ψυγείο. Απλώστε μια λεπτή στρώση σε καθαρό πρόσωπο και λαιμό.

Tip: τσάι αντί για ροδόνηρο

Το τσάι είναι τόσο απαλό, που μπορείτε άφοβα να αντικαταστήσετε το ροδόνηρο στις συνταγές ομορφιάς με αντίστοιχη ποσότητα δυνατού λευκού ή πράσινου τσαγιού.

Πηγή: Μάθε να ζεις καλύτερα, Lipton-tea can do that, Εκδ. Ελληνικά γράμματα