



## Baume à lèvres maison

Réaliser son propre baume à lèvres est si facile et si rapide qu'il serait dommage de s'en priver ! Seulement trois ingrédients basiques et un conservateur sont nécessaires pour réaliser la recette de base. 100% naturel, bio et végétal, autant de bonnes raisons pour opter pour le baume à lèvres maison !

Les baumes à lèvres du conventionnel renferment bien souvent des molécules chimiques nocives (parabens, dérivés de pétrochimie etc.). Pour cette recette, nul besoin d'être un petit chimiste pour réaliser son baume à lèvres maison : quelques ingrédients, très peu d'ustensiles et quelques minutes suffisent à réaliser son propre baume à lèvres. Économique et naturelle, voici la recette.

### **La recette de base du baume à lèvres**

La recette de base du baume à lèvres maison ne nécessite que quatre ingrédients. Libre à vous ensuite de personnaliser la recette et ainsi de créer vos propres baumes !

### **Ingrédients (pour un petit pot de 10 ml environ) :**

- 1 CAC de beurre végétal pur (beurre de karité ou de cacao)
- 1 CAC d'huile végétale (huile de noyau d'abricot, huile d'amande douce, huile d'olive, huile de coco, huile de carotte)
- ½ CAC de cire en paillettes (candelilla, carnauba, abeille, riz), 2 gouttes de vitamine E ou d'huile de germe de blé
- En option : 2-3 gouttes d'huile essentielle ou d'arôme naturel, de colorant naturel...

### **Les propriétés bienfaitrices de ce baume végétal :**

**Le beurre végétal** est riche en acides gras essentiels et en vitamines. Il permet d'hydrater et de tonifier les lèvres.

**L'huile végétale** nourrit et adoucit les lèvres.

**La cire végétale** (cire d'abeille, de candelilla, de riz, de soja...) hydrate en profondeur les lèvres. Elle épaissit et donne de la consistance au baume à lèvres.

**Le conservateur** (vitamine E ou d'huile de germe de blé) permet de prolonger la durée de vie du baume à lèvres.

**Les huiles essentielles** servent à parfumer le baume et à soigner les lèvres grâce à leurs différentes propriétés (antiseptiques, hydratantes,

nourrissantes ou adoucissantes).

**Le colorant naturel** sert à colorer le baume à lèvres.

**Réalisation :**

1. Dans un bol, versez le beurre végétal, l'huile végétale et la cire. Chauffez l'ensemble au bain-marie. Mélangez de temps en temps le mélange jusqu'à ce qu'il soit bien fondu.
2. Une fois le tout fondu, ajoutez la vitamine E (ou l'huile de germe de blé) et éventuellement les ingrédients optionnels. Mélangez bien.
3. Versez le tout dans un petit pot parfaitement propre et laissez reposer à température ambiante jusqu'à ce que le baume soit parfaitement solidifié.

**Conservation :** Ce baume à lèvres se conserve entre 10 à 12 mois.