

Schönheit ist



natürlich



Weizenkleie für schöne Haut

Der morgendliche Anblick im Spiegel zeigt vielleicht die ersten Fältchen oder Falten? Gepaart mit der blassen Winterhaut, die oft trockener ist als gewöhnlich, scheint das Hautbild unausgeglichen und müde. Schenken Sie Ihrem Teint mit unseren Tipps ein frisches Strahlen und natürliche Pflege.

Glatte Haut mit Weizenkleie Ob von innen oder außen – die Weizenkleie verhilft Ihnen zu einem glatten, reinen und gepolsterten Teint. Ergänzen Sie Ihre Ernährung täglich mit zwei TL Weizenkleie, Weizenkeimflocken oder Weizenkeimöl (eingerührt in Joghurt, Quark etc.). Achten Sie dabei auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr, um Verstopfungen zu vermeiden, denn die Kleie quillt im Magen auf das bis zu Dreißigfache an. Das darin enthaltene hochwertige Vitamin E ist eine wunderbare Hilfe gegen Freie Radikale, die für die Hautalterung verantwortlich sind.

Äußerlich können Sie den Vitamin-E-Turbo-Booster folgendermaßen anwenden:

Weizenkleie-Maske

Zutaten:

2 EL Weizenkleie

1 TL Sahne oder Naturjoghurt bzw. Quark

1 TL Honig

Vermischen Sie die Zutaten sorgfältig zu einer streichfähigen Paste, die großzügig auf Gesicht und Hals aufgetragen wird unter Ausparung von der Augen- und Mundpartie. Nach 15 Minuten Einwirkzeit mit warmem Wasser abspülen.

Weizenkleie-Essig-Maske

Zutaten:

4 EL Apfelessig

3 EL Honig

2 EL Weizenkleie

Erwärmen Sie den Essig vorsichtig in einem Topf (Achtung: nicht kochen!). Rühren Sie nun den Honig und anschließend die Weizenkleie unter. Diese Paste verbleibt für ca. eine halbe Stunde auf dem Gesicht und wird mit warmem Wasser abgenommen. Tipp: Für einen Peeling-Effekt die getrocknete Maske auf dem Gesicht abrubbeln.

Die Weizenkleie-Masken sind äußerst gut verträglich und für alle Hauttypen geeignet – auch die empfindlichen. Die Haut wird streichelart gepflegt, geklärt und aufgebaut.

Ärgern Sie Hautunreinheiten? Dann verrühren Sie 1 TL Honig, 2 EL Weizenkleie und 1 Eigelb, fügen Sie heißes Wasser hinzu. Nach einer halben Stunde lauwarm abspülen, anschließend mit einem kalten Waschlappen abreiben – viel Freude mit Ihrem samtweichen Teint!

