

marieclaire.fr

marie claire

A woman with long brown hair, wearing a wide-brimmed straw hat with floral embroidery and a white, long-sleeved blouse with a deep V-neckline, is sitting in a field of green grass and purple flowers. She is holding a large orange flower in her right hand. The background is a soft-focus landscape under a clear sky.

Le choix du naturel

La légèreté des robes et des chemisiers

Les meilleurs soins bios

Une cuisine saine et simple

Peut-on guérir de sa mère?

Reportage
La relève et l'ardeur des jeunes agricultrices

Sexe
Comment perd-on sa virginité en 2017?

En couverture
Cato Van Ee

Août 2017

Le courant slow

A l'instar des locavores qui ne jurent que par une assiette locale de saison, des formules prennent les cultures voisines responsables, finalement souvent bio. «*Pendant longtemps, on a cherché les plantes exotiques du bout du monde. Plus elles étaient ésotériques en terme de compréhension, plus le consommateur les pensait efficaces. Aujourd'hui, la tendance est au retour des plantes basiques, presque banales, dont les labos savent mieux extraire la substantifique moelle*», analyse Lionel de Benetti. Ce que confirme Pierre Bissueil: «*Marre du lotus bleu du Népal! On veut de la camomille.*» Dans ce sens, on peut compter sur le label Slow Cosmétique pour une beauté saine, raisonnable et respectueuse de l'environnement. On peut acheter sur leur site directement chez les fabricants, ou concocter ses produits maison (slow-cosmétique.com).

Pour se lancer

Un cocktail d'huiles végétales à masser sur peau humide. **Sérum Végétal Corps de Thala, 69 € (1).**

Un soin visage à base de feuilles de bouleau tonifiantes, récoltées à la main dans les forêts nordiques voisines et au rythme des saisons. **Deep Forest Face Mist de Bjork & Berries, 29 € (2).**

Un exfoliant à base d'huile d'olive bio de Crète voisine pour cette marque grecque addictive. **Gommage Corps Pure Greek Olive de Korres, 18,90 € (3).**

Un soin réparateur après-soleil au pin maritime des forêts du Cap-Ferret, pour restructurer la peau après l'exposition aux UV. **L'Huile de Graines de Pin d'Oceopin, 38 € (4).**

Une crème pour le corps composée de baie d'açaï récoltée par une communauté amazonienne. **Fleur de Crème Corps Ekos Açaï de Natura Brasil, 25 €.** — F.L.

Nos recettes estivales

Nettoyant visage coco Mélanger 1 cuillère à soupe de lait de coco, 1 cuillère à café de curcuma et une autre de miel. Masser, rincer et tamponner avec une serviette chaude.

Masque nourrissant au miel de montagne

Mélanger 1 cuillère à soupe de crème fraîche, la chair d'un demi-avocat bien mûr et ½ cuillère à soupe de miel assez liquide. Laisser poser 15 mn et rincer.

Avant-shampooing nutritif Mélanger 1 banane, du lait de coco, le jus d'un citron, 5 gouttes d'huile essentielle d'ylang ylang. Appliquer 15 mn. Laver.

Gommages corps: au sel de mer Mélanger 2 cuillères à soupe d'huile de monoï, 2 de gros sel gris et 1 de noix de coco râpée;

orange et mangue Mélanger 300 g de sucre brun et 120 ml d'huile de coco, puis une mangue pelée passée au blender et deux cuillères à soupe de jus d'orange pressée;

au sable Rapporther du sable mouillé de la plage et le mélanger à de l'huile végétale vierge (olive ou avocat, chez Aroma Zone).

D'autres recettes dans *Healthy et beautiful*, de Zoé Ambruster, First éd. *Mon cahier hair beauty*, de Cécile Guerrier, Solar éd. *Le sel malin et le miel malin*, d'Alix Lefief-Delcourt, Leduc.s éd.

