

Recette personnelle de l'huile pour « Gandush »

Ingrédients issus de cultures biologiques :

- ★ 2 c. à s. bombée de **graisse de Noix de Coco** (~ 4 c. à s. lorsqu'elle est fondue),
- ★ 10 c. à s. d'**huile de Sésame**,
- ★ 20 gouttes d'**huiles essentielles**
(Exemple : 5 de Citron, 5 de Laurier noble, 5 de Menthe poivrée et 5 de Clou de Girofle).

Réalisation :

- ★ Faire fondre la graisse de Noix de Coco au bain marie ou à feu très doux ;
- ★ Verser dans un pot en verre se fermant hermétiquement ;
- ★ Ajouter l'huile de Sésame et les huiles essentielles ;
- ★ Fermer le pot et secouer.
- ★ Conserver à l'abri de la lumière et hermétiquement. Ne pas conserver au frigo.



"Au début on vous
demandera pourquoi
vous le faites. Puis on
vous demandera
comment vous l'avez
fait."
