

# Avocado-Maske für trockene Haut mit Peeling-Effekt



## Zutaten:

1 Avocado Kern, 2 Esslöffel Naturjoghurt oder Quark

## Zubereitung:

Kern ca. 1 Woche trocknen lassen und mit einer Küchenreibe zermahlen (eher fein) und 1-3 Esslöffel Joghurt oder Quark hinzugeben, bis ein Brei entsteht. Der geriebene Kern ist getrocknet gut haltbar und kann in einem Glas aufbewahrt werden. Das Peeling selber hält nur etwa einen Tag.

## Anwendung:

Masse auf das feuchte Gesicht auftragen und etwa 15 Minuten antrocknen lassen. Anschließend die angetrocknete Masse mit kreisenden Bewegungen über dem Waschbecken abreiben und anschließend mit lauwarmen Wasser die Reste entfernen. Wenn Sie wollen, dann können Sie im Anschluss ein Feuchtigkeitsserum auftragen.