

Trucs et astuces

Nettoyer une tache de sang fraîche

Pour nettoyer une tache de sang fraîche, il ne faut surtout pas laver à haute température, ce qui cuierait la tache, qui ne s'enlèverait plus. Le plus simple c'est de mettre du sel dessus.

Répulsif chat

Mélangez dans un vaporisateur une cuillère de moutarde forte à deux litres d'eau. Vaporisez les plantes et endroits où vous ne voulez pas que votre chat se promène.

Des dents blanches

C'est un truc connu mais efficace : régulièrement (une ou deux fois par semaine), frottez-vous les dents avec un quartier de citron. Ça enlève les taches de café, thé, tabac, etc.



Exfoliant naturel

Plutôt que d'utiliser un exfoliant qui coûte une fortune, prenez une poignée de sucre en poudre à laquelle vous ajouterez un peu d'huile pour le corps. et massez vous avec ce mélange. Rincez bien... et voilà ! Le résultat est tout aussi bon.

Micro-ondes impeccable

Afin d'avoir un micro-onde tout propre, il suffit de mettre un bol d'eau avec quelques gouttes de citron, et de faire chauffer le tout 3 minutes : la vapeur dégagée nettoie parfaitement les parois de l'appareil. Un petit coup d'éponge et voilà ! cela sent bon et en plus c'est écologique !

La banane est un remède naturel pour la peau sèche et les cheveux fragiles



En plus de ses vertus incroyables pour la santé, les bananes s'utilisent aussi dans le cadre esthétique, c'est un hydratant naturel efficace pour la peau et les cheveux...

La banane est vraiment un remède naturel pour beaucoup de maladie et ses vertus pour la santé ne sont plus à prouver. Lorsque vous la comparez à une pomme, elle contient 4 fois plus de protéines, 2 fois la quantité d'hydrate de carbone, 3 fois plus de phosphore, 5 fois plus de vitamine A et fer, et 2 fois les autres vitamines et minéraux. Elle est également riche en potassium et est l'un des aliments les plus nutritifs.

Alors, il est peut-être temps de changer la célèbre phrase par ce qui suit : «Une banane par jour éloigne le médecin pour toujours.»

En plus des ses vertus incroyables pour la santé, les bananes s'utilisent aussi dans le cadre esthétique, c'est un hydratant naturel efficace pour la peau et les cheveux...

I. Masque pour les cheveux fragiles

Pour renforcer vos cheveux fragiles, essayez un masque à base de bananes en écrasant une banane, puis frottez-la sur vos cheveux encore mouillés et laissez le masque agir pendant une demie-heure avant de rincer.

II. Masque pour la peau sèche

Écrasez une banane.

Mélangez-la avec 3 cuillères de miel jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.

Cheveux d'anges au fromage



250 g de cheveux d'anges, 4 tomates râpées, 1 boîte de champignons, 1 boîte de thon, 1 oignon, 2 c. à s. d'huile d'olive, 1 c. à s. de concentré de tomates, 1 l de bouillon de poulet, sel, poivre

Dans une casserole, faire chauffer l'huile d'olive et faire revenir l'oignon. Ajouter les tomates, sel, poivre, le concentré de tomates, le bouillon de poulet. Laisser cuire 10 minutes. Ajouter les champignons, le thon et les cheveux d'anges. Laisser cuire deux minutes. Servir dans des assiettes et saupoudrer de fromage râpé.

Donner confiance à votre enfant

Il réussit à monter les escaliers pour la première fois, à emboîter les cubes ensemble, à boire dans un grand verre, à mettre sa veste tout seul : félicitez-le haut et fort ! Ces gestes peuvent sembler anodins mais pour lui, ce sont des exploits du quotidien. Dites-lui «c'est très bien, je te félicite». Vous lirez le plaisir et la fierté dans ses yeux. Donner confiance à votre enfant, c'est lui donner toutes les chances d'être un adulte heureux qui osera entreprendre et sera courageux.



Glace de kiwis

1 kg (environ 1 litre) de yaourt entier, 400 g de kiwis, 100 g de sucre en poudre, 20 cl de crème liquide

Épluchez les kiwis et coupez-les en cubes, réduisez-les en purée au mixer. Mélangez dans un saladier le yaourt, la purée de kiwis, la crème liquide et le sucre. Versez la préparation dans la sorbetière et laissez prendre en glace. Quand la glace a pris, mettez-la dans un moule et placez au congélateur. Servir la glace de kiwis en boules dans des coupelles.



Gâteau à la cannelle et aux clous de girofle



Photos : DR

250 g de sucre de canne, 3 œufs, 4 clous de girofle moulus, 1 c. à c. de cannelle en poudre, 1 sachet de levure chimique, 1 c. à c. de poivre, quelques cerneaux de noix, 7 cl de café très fort, 300 g de farine, une poignée de fruits confits, 125 g de sucre glace, le jus d'1/2 citron, 1 noix de beurre

Faire hacher grossièrement les noix. Couper les fruits confits en petits morceaux. Battre les œufs et le sucre de canne dans un saladier à l'aide d'un fouet jusqu'à l'obtention d'un mélange mousseux, ajouter le café et bien mélanger, ajouter la farine tamisée peu à peu tout en mélangeant ensuite ; ajouter la levure, la cannelle et le poivre et travailler l'ensemble jusqu'à l'obtention d'une pâte homogène, incorporer délicatement les fruits confits et les noix hachées. Chemiser une tôle de four avec le papier sulfurisé, y verser la pâte et faire cuire dans un four préchauffé à 180°C pendant 30 minutes. Préparer le glaçage, mettre dans un récipient le sucre glace et le jus de citron et bien mélanger jusqu'à l'obtention d'un mélange lisse. Étaler ce glaçage chaud sur la pâte, laisser refroidir et couper-la en carrés, et les décorer avec des demi-noix et des fruits confits.