
La spezia della giovinezza

Autore: Giulia Martinelli

Fonte: Città Nuova

Basta un po' di polvere di curcuma, olio di mandorle, farina e yogurt per rendere la pelle più liscia, prevenire la formazione di rughe e avere capelli più luminosi

Con l'arrivo della stagione estiva e la prova costume alle porte, si iniziano a cercare prodotti di ogni tipo, per una pelle più liscia, capelli più luminosi, il viso più giovane e fresco. Improvvisamente fanghi, creme ed oli tornano ad apparire nelle case delle donne, con la speranza di riuscire a sentirsi più belle e pronte per una nuova estate. Per chi ai cosmetici delle profumerie, preferisce prodotti fatti in casa, qualche aiuto può trovarlo nella curcuma.

Nel mondo occidentale è conosciuta come lo zafferano delle indie, in molte regioni dell'India, una radice di questa spezia, appesa al collo di una ragazza, indica una promessa di matrimonio. La curcuma, è un potente antiossidante, antinvecchiamento e antitorfora, perfetta durante l'estate perché protegge anche dalle radiazioni solari. Per una pelle del viso liscia e per prevenire la formazione delle rughe, un rimedio può essere quindi quello di creare in casa una maschera per il viso. Gli ingredienti sono: curcuma in polvere, olio alle mandorle, farina di ceci e yogurt bianco. Basta unire in una ciotola mezzo cucchiaino della spezia, un cucchiaino di olio di mandorle, tre cucchiaini di farina e un po' di yogurt che serve per amalgamare il composto ottenuto.

Una volta ottenuta la maschera, basta passarla sul viso, facendo attenzione alla zona occhi e lasciarla agire più o meno per venti minuti, fino a quando non si è asciugata, per poi sciacquare il viso con acqua fredda. Un consiglio è quello di utilizzare questa maschera per il viso la sera prima di andare a dormire e di non aumentare le dosi della polvere di curcuma, altrimenti il viso prenderà un colore troppo scuro.

La polvere di questa spezia può essere utilizzata anche per rivitalizzare i nostri capelli, soprattutto nel periodo estivo quando con il mare la cute è più stressata. Una punta di polvere di curcuma nella maschera per capelli può renderli più lucidi e donare riflessi dorati. Insomma le virtù cosmetiche di questa spezia sono moltissime anche per questo, in molti paesi, viene chiamata la spezia della giovinezza.