

ગરમીની મોસમ સ્વાદિષ્ટ અને ખાટીમીઠી કેરીની લિજ્જત માણવા વિના અધૂરી છે. કેરીની સ્મુધી અને સાલસા ડિપથી માંડી જામ અને ડિઝર્ટ સુધીની અનેક ડિશીસની મજા તમે માણતાં જ હશો તો હવે બનાવો તમારી સ્કિન માટે પણ કેરીમાંથી બનેલી કેટલીક રેસિપિઝ... તમે જાણો છો કે આ સ્વાદિષ્ટ કેરી તમારી ત્વચા માટે પણ ફાયદાકારક છે? સ્કિન ટેનિંગથી માંડી પિગમેન્ટેશન સુધી, ગરમીમાં થતી ત્વચાની અનેક તકલીફો દૂર કરવામાં કેરી મદદ કરે છે. વિટામિન્સ અને એન્ટી ઓક્સિડન્ટ્સથી ભરપૂર કેરી સૂર્યનાં હાનિકારક કિરણોથી થતાં નુકસાનથી બચાવવામાં મદદ કરે છે તો ચાલો બનાવીએ કેરીમાંથી ફેસ પેક્સ.. તમે ઘરે જ ફેસ પેક બનાવો. એ ત્વચાને નરિય, હાઈડ્રેટ અને બ્રાઈટન કરવામાં કુદરતી રીતે જ મદદ કરશે. આ ફેસપેક એકને અને બ્લેકહેડ્સ ઘટાડવામાં મદદ કરી ત્વચાને ગ્લોઈંગ બનાવે છે.



શું કેરી ત્વચા માટે પણ ફાયદાકારક છે?!

તડકાને કારણે થયેલા નુકસાનને ઓછું કરે છે. લાલશ ઘટાડે છે અને હાઈડ્રેશન આપે છે એટલે ગરમીમાં સંવેદનશીલ કે ઈરીટેટેડ ત્વચા માટે એકદમ યોગ્ય છે.

મેંગો - ઓટમીલ સ્કબ

મેંગો અને ઓટ્સ બંને ભેગાં થઈ બ્યૂટિકલ, રેડિયન્ટ સ્કિન આપે છે. એક બાઉલમાં મેંગો ખુરી, ઓટ્સ, બદામ પાઉડર અને થોડું દહીં કે મલાઈ મિક્સ

મેંગો-ટર્મરિક પેક

એક બાઉલમાં કેરીનો પલ્પ, ચપટી હળદર અને થોડું દૂધ મિક્સ કરો. ચહેરા પર પાતળું લેયર કરી 10-15 મિનિટ બાદ ધોઈ નાખો. નિયમિત આ પેકનો ઉપયોગ કરવાથી ત્વચાની ચમક વધે છે, દાગબબા ઓછા થાય છે.

મેંગો- બનાના કીમ

મુલાયમ અને સોફ્ટ લુક માટે ત્વચાને પણ કેરીનો લાભ લેવા દો. એક બ્લેન્ડરમાં સમારેલી કેરી, એક ટુકડો કેળું અને થોડી મલાઈ કે દહીં બ્લેન્ડ કરી મસાજ કીમ તૈયાર કરો. એને ચહેરા અને ગરદન પર ત્વચામાં એબ્સોર્બ થાય ત્યાં સુધી લગાડો. પછી સાદા પાણીથી ચહેરો ધોઈ નાખો. કેરીના એન્ટી બેક્ટેરિયલ ગુણ ત્વચામાંથી વધારાના તેલને નીકળતું અટકાવે છે, સોજો ઘટાડે છે અને એકને કારણે થતી લાલાશ દૂર કરે છે. કેળામાં વિટામિન A ભરપૂર માત્રામાં હોય છે. એ ત્વચામાં મોઈશ્વર જાળવી રાખે છે અને ડ્રાય

સ્કિનમાં ફાયદો કરે છે. દૂધની મલાઈ પણ ત્વચાને મોઈશ્વરાઈઝ કરે છે.

મેંગો બેસન ફેસપેક



ચહેરા પર ફ્લોલેસ, બ્રાઈટ ગ્લો માટે ચણાનો લોટ અને કેરીનો ફેસ પેક લગાડો. એક બાઉલમાં કેરીનો પલ્પ, બેસન, ગુલાબજળ અને મધ મિક્સ



કરી ચહેરા અને ગરદન પર એક સરખો લગાડી 30 મિનિટ બાદ પાણીથી ધોઈ નાખો. બેસન મૃત ત્વચા કાઢી તાજગીસભર અને ગ્લોઈંગ સ્કિન આપે છે. મધમાં મોઈશ્વરાઈઝિંગ ગુણો હોય છે જે ત્વચાને કોમળ બનાવે છે.

મેંગો-યોગર્ટ પેક

કેરીનો પલ્પ અને તાજું દહીં મિક્સ કરી કીમી મિશ્રણ બનાવો. એને ચહેરા પર લગાડી 15 મિનિટ બાદ ધોઈ નાખો. આ પેક ત્વચાને ધીમે ધીમે એક્સફોલિએટ કરવા, ટેન દૂર કરવા અને વાન નિખારવામાં મદદ કરે છે. ગરમીની મોસમમાં ત્વચાને ઠંડી અને તરોતાજા રાખે છે.

મેંગો-એલોવેરા પેક

કેરીનો પલ્પ અને તાજી એલોવેરા જેલ મિક્સ કરી ઠંડક પ્રદાન કરનાર મિશ્રણ બનાવો. ચહેરા પર લગાડી 15 મિનિટ બાદ ચહેરો ધોઈ નાખો. આ પેક

કરો. એને ચહેરા અને ગરદન પર લગાડી વર્તુળાકારે મસાજ કરો. 20 મિનિટ બાદ ઠંડા પાણીથી ચહેરો ધોઈ નાખો. કેરી પિગમેન્ટેશન અને સ્કિન ટેનિંગ દૂર કરવામાં અસરકારક છે. ત્વચાને મૃત લેયર્સ કાઢવા માટે થોડા એક્સફોલિએશનની જરૂર છે અને ઓટ્સ એક્સફોલીએન્ટ તરીકે કામ કરે છે.

મેંગો-રોઝવોટર સ્કબ

કેરીના પલ્પમાં થોડું ગુલાબજળ અને લીંબુનો રસ મિક્સ કરી સ્મુથ પેસ્ટ બનાવો. એને ચહેરા પર લગાડી માર્ક એકદમ સુકાઈ જાય એટલે 30 મિનિટ બાદ હૂંફાળા પાણીથી ધોઈ નાખો. કેરીમાં વિટામિન C અને E તથા એન્ટીઓક્સિડન્ટ્સ ભરપૂર માત્રામાં હોવાથી એ ફી રેડિકલ્સ સામે લડી ત્વચાને થતાં નુકસાનને અટકાવે છે. રોઝવોટર ઠંડક આપે છે અને એમાં એન્ટી ઈન્ફ્લેમેટરી ગુણો હોય છે જે ખાસ કરીને સેન્સિટિવ ત્વચાને ફાયદો કરે છે. લીંબુ એસ્ટ્રિજન્ટ તરીકે કામ કરી ખુલ્લાં છિદ્રો બંધ કરે છે.

