

## Les remèdes de grand-mère. Se soigner avec les plantes. Qu'en dit la science?

Des boutons d'acné? Testez le cataplasme de terre d'argile de Germaine Cousin!

### Ingrédients

1. Terre d'argile (2-3 cuillères à soupe)
2. Vinaigre de pomme
3. Eau

### Recette

1. Mélanger dans le bol la terre d'argile avec le vinaigre de pomme (1/3) et l'eau (2/3) pour en faire une pâte molle mais pas coulante.
2. Etendre une couche de 2 à 3cm de diamètre sur les boutons
3. Poser dessus un papier ménage, un linge en coton, et mettre la bande.
4. Laisser agir 1h de temps au minimum
5. Après chaque cataplasme à la terre d'argile, Germaine Cousin recommande de frictionner la partie exposée avec une pommade appropriée ou une huile aux plantes additionnées d'une ou deux huiles essentielles.

### Scientifiquement intéressant car

- Le vinaigre est acide comme notre peau
- La terre d'argile agirait comme anti-inflammatoire

### Utile également selon Germaine Cousin

- En cas d'inflammation de la peau