



L'HUILE D'ARGAN

Huile de consommation courante depuis des siècles au Maroc chez les femmes berbères, on découvre aujourd'hui en France, les propriétés nutritionnelles et thérapeutiques de l'huile d'argan.

L'arganier est un arbre millénaire, présent au Maroc et en Algérie, qui fournit des fruits gros comme une noix, renfermant des amandes contenant la précieuse huile. « L'arbre de fer » est intéressant car ses feuilles et sa pulpe sont utilisées comme fourrage, ses tourteaux comme nourriture du bétail, la noix cassée, comme combustible. Son bois sert aux constructions, au bois de chauffage et comme charbon de bois.

L'extraction de l'huile d'Argan est artisanale et difficile. La première étape est le dépulpage du fruit. Ensuite vient le concassage qui s'effectue entre deux pierres. Les amandons, pour usage alimentaire, sont torréfiés afin de donner à l'huile son goût caractéristique. Pour un usage cosmétique, l'extraction se fait à froid sans torréfaction préalable.

L'huile d'Argan possède 80% d'acides gras insaturés, et de la vitamine E (anti-oxydante). Avec ses propriétés anti-oxydantes, et son apport en stérol, l'huile d'argan possède une action réparatrice, régénérante et anti-vieillissante. Naturellement, il convient d'utiliser une huile d'argan pressée à froid afin de bénéficier au maximum de ces propriétés.

L'huile d'argan 100% bio vierge et extraite en première pression à froid est très efficace en usage externe pour :

- Le vieillissement cutané : les peaux dévitalisées, ridées, déshydratées bénéficieront de ses bienfaits.
- Le restauration du film hydrolipique. Elle apportera élasticité, souplesse, éclat, diminution des rides et des marques de fatigue. On peut l'utiliser en soin cosmétique, seule, matin et soir, en remplacement de la crème habituelle, ou encore comme un sérum, sous la crème de jour.
- Elle protège également des agressions extérieures, soleil, et froid.
- Elle fortifie et nourrit les cheveux ternes et cassants en leur rendant leur brillance et en éliminant les pellicules. On pourra ainsi l'appliquer en masque de la racine au pointe, pendant au moins 20mn, avant le shampooing.
- C'est aussi un très bon soin pour les ongles fragilisés, on peut la mélanger à du jus de citron frais et y tremper ses doigts une fois par semaine suivi par un massage des ongles.
- L'huile d'Argan donne également d'excellents résultats pour la cicatrisation des brûlures, varicelle, et acné.

Veiller à conserver l'huile d'argan à l'abri de la chaleur, 18° maximum.

**LE BIO ACCESSIBLE À TOUS :
UNE NÉCESSITÉ**