

ถั่วเขียว...ลบจุดต่างดำ

นำเสนอเมื่อ : 22 พ.ค. 2552

ถั่วเขียว...ลบจุดต่างดำ



หากคุณแม่หรือคุณยายเคยทำถั่วเขียวต้มน้ำตาลให้กิน
เชื่อว่าหลายคนคงคุ้นเคยกับถั่วเม็ดเล็กๆนี้เป็นอย่างดี

โบราณกินถั่วเขียวเพื่อช่วยเยียวยาสุรพัตอาการ ถั่วเขียวนอกจากเป็นอาหารแล้วจึงเป็นยาไปในตัว
สำหรับหนุ่มๆ สาวๆ สมัยนี้ที่ชอบใช้ชีวิตกลางแจ้ง ต้องออกแดดบ่อยๆ จนเกิดจุดต่างดำบนผิว
หรือการผลอไปบิบบี้จนมีรอยดำๆ ทั่วๆ หรือแม่อุจจาระที่ติดจากฝุ่นคั้นตามร่างกาย
ถั่วเขียวยังช่วยแก้ปัญหานี้ได้ เพียงแต่ทำตามสูตรง่ายๆที่นำมาฝากวันนี้ละ

ส่วนผสม



ถั่วเขียว 3 ช้อนโต๊ะ
มันฝรั่ง 1 หัว
น้ำมันมะกอก 2 ช้อนชา

วิธีทำ

ทำได้ง่ายๆ โดยนำถั่วเขียวและมันฝรั่งมาล้างให้สะอาด แล้วนำไปต้มจนสุก แต่ไม่ต้องถึงกับเปื่อย
จากนั้นนำถั่วเขียวและเนื้อมันฝรั่งที่ต้มมาบดรวมกัน โดยไม่ต้องใส่น้ำ เติมน้ำมันมะกอกลงไป ผสมจนเข้ากันดี

วิธีใช้

นำมาขัดผิวกายโดยเฉพาะบริเวณที่มีจุดต่างดำ ใช้เวลาขัดประมาณ 5 นาที
เสร็จแล้วอาบน้ำหรือล้างออกด้วยสบู่ตามปกติ ส่วนผสมที่มีเนื้อและเปลือกถั่วเขียวที่บดหยาบๆ
ผสมกับเส้นใยของมันฝรั่งบด จะช่วยขัดเซลล์ผิวที่ตายแล้วออกไป ช่วยในการผลัดเซลล์ผิวใหม่ที่สดใสกว่าเดิม
ทำเช่นนี้ทุกสัปดาห์ รอยต่างดำจะค่อยๆ เลือนหายไป

