

Les bienfaits de l'huile végétale de carthame

Publié le 24 janvier 2012 par bienetreonline



L'huile végétale de carthame est extraite de la graine de carthame, par pression mécanique. Le carthame est une plante orientale présente à l'état sauvage en Asie, en Australie, en Amérique centrale et en Amérique du Sud. On utilise peu les fleurs, mais les graines et l'huile qui en découle sont très prisées. Ses fleurons servent depuis très longtemps à colorer les aliments en jaune safran mais ne leur donnent aucun goût.

C'est une huile de 1ère pression à froid.

Aspect et particularités :

Aspect : **liquide huileux plutôt limpide**

Couleur : **jaune pâle tirant quelques fois vers le rougeâtre**

Odeur : délicate et agréable

Conditions de conservation : conserver de préférence 6 à 8 mois après ouverture dans un endroit frais, inférieur à 20°C, à l'abri de l'air et de la lumière.

Propriétés : restructurante, réparatrice, relipidante, nourrissante, émolliente, hydratante, antioxydante

Utilisations :

SOIN BIEN-ETRE INTERNE : Consommée quotidiennement, l'huile végétale de carthame protège le système cardiovasculaire grâce à son action anticholestérol importante. L'huile végétale de carthame est un excellent complément aux régimes à faible teneur en gras. L'huile végétale de carthame est particulièrement recommandée aux personnes souffrant d'obésité. L'huile végétale de carthame a montré son efficacité contre la constipation; c'est un laxatif doux qui adoucit les voies intestinales et ne provoque aucune irritation. L'huile végétale de carthame favorise également la sécrétion biliaire.

SOIN BIEN-ETRE EXTERNE : L'huile végétale de carthame s'utilise en crèmes, soins, et lotions pour les peaux présentant des rougeurs. L'huile végétale de carthame peut être appliquée en soins nourrissants pour les peaux sèches et très sèches. L'huile végétale de carthame est une excellente huile de massage ne laissant pas la peau grasse. L'huile végétale de carthame peut aussi être appliquée comme soin pour le contour des yeux. Pour les soins capillaires, l'huile végétale de carthame s'utilise en shampoings et masques nourrissants.