

## Masera per pel grassa



- 2 satgets té da menta
- 1 tg levon
- 3 tg jogurt natiral

Sco emprim lavar la fatscha cun ina scrotta bognada en aua chauda che cuntegna ils dus satgets da té da menta. Struclar bain la scrotta e tschentar quella sin la fatscha. Quest process pon ins repeter pliras giadas.

Maschadar bain il levon cun il jogurt. Fruschar cun in penel la masera sin la fatscha evitond la partida dals egls. Laschar agir 15 enfin 20 minutas.

Suenter pon ins metter si la crema dal di ubain da la notg sco usità.

Avant che stritgar si la masera èsi bun da lavar la fatscha cun aua tievia cun satgets da té da chaminella e menta per avrir las poras.

A la fin lavar giu cun aua tievia e per serrar las poras cun aua fraida.

Bun success!

tg = tschadun grond

tp = tschadun pitschen