Gala

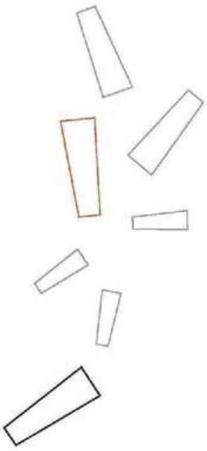
PAYS :France
PAGE(S) :64-69
SURFACE :560 %
PERIODICITE :Hebdomadaire

DIFFUSION :239822
JOURNALISTE :Nicolas Descottes

► 2 septembre 2021 - N°1473

BEAUTÉ

PHOTOS : NICOLAS DESCOTTES
RÉALISATION : BERTILLE CHAILLET
TEXTE : MARIE-ÉLISE COBUT



UN PETIT GRAIN DE GENIE

Le riz fait partie des aliments les plus consommés dans le monde et est en passe de devenir l'un des ingrédients star de la cosmétique. Bref, il n'a pas encore dit son dernier mot !

Tous droits de reproduction réservés

Gala

PAYS :France
PAGE(S) :64-69
SURFACE :560 %
PERIODICITE :Hebdomadaire

DIFFUSION :239822
JOURNALISTE :Nicolas Descottes

► 2 septembre 2021 - N°1473

Natural Shampoo Plant Elixir Aloe Vera & Rice, Bodia ; *Shampoing Traitant Vitalité, Phyto Phanere*, Phyto ; *Masque Soin Cheveux & Cuir Chevelu*, Gallinée ; *Embelliseur Capillaire Protéines de Riz*, WAAM.

Coupe Tourron grès Samoa, gobelet Maguelone grès, cuillère de bois et torchon Olbia en lin, Harmony, Le BHV Marais. Plat Organic Sand et verre doseur, The Conran Shop.

Première céréale mondiale pour l'alimentation humaine, le riz (oui oui, c'est bien une céréale) est présent sur tous les continents. Déjà cultivé en chine 5 000 av. J.-C., puis plus tard en Inde, en Amérique du Nord et en Europe, il n'a jamais rien perdu de son succès. Non content de nourrir son monde, ce petit grain (qui possède tout de même pas loin de 10 000 variétés) recèle bien des trésors : acide gras essentiels, amidon, forte teneur en vitamine E… sans oublier un apport nutritif indéniable et une mine d'actifs pour la peau. Sans toxicité, très bien toléré, peu allergisant et respectueux de l'environnement, il coche toutes les cases de l'actif idéal. Résultat : on le rencontre de plus en plus en cosmétique, en maquillage et même en parfumerie. Petit récap pour le consommer donc… sans modération.

UN VRAI COUTEAU SUISSE

Si l'eau de riz est une recette utilisée en Asie et chez nous depuis la nuit des temps pour sublimer la peau, ce petit grain a bien plus d'autres atouts en poche. Sa composition est assez impressionnante puisqu'il renferme, entre autres, une centaine d'antioxydants, de nombreux vitamines, minéraux et acides gras essentiels… « Il convient à toutes les peaux, matures, sensibles, acnéiques. Tout en étant très doux et jamais nocif », explique Marianne Brass, cofondatrice d'Oryza Lab, toute jeune marque de soins dont le riz est le fil rouge et utilise 7 actifs issus de cette céréale. « Des actifs bruts comme l'huile de son de riz, l'eau de riz ou l'huile de germe de riz. Mais aussi des actifs biotechnologiques comme l'inositol, l'acide phytique ou les phytostérols de riz. Nous avons même un acide hyaluronique imprégné de peptides de riz qui permet une pénétration optimale », précise-t-elle.

Plus que polyvalent, on le retrouve donc par exemple dans des soins anti-âge grâce à l'inositol qui rebooste la fermeté en activant le collagène et l'élastine. Alors que l'huile de germe de riz assure hydratation, nutrition et une action super antioxydante pour lutter contre les radicaux libres. Enfin, sachez que sa poudre est utilisée dans de nombreux gommage pour son action exfoliante biomécanique sur les impuretés et les cellules mortes. Comme chez Bodia, où le riz du Cambodge, élu meilleur riz du monde, est directement broyé et intégré dans la formule. « Un riz bio dont le sourcing local est réalisé en partenariat ►►

Tous droits de reproduction réservés

Gala

PAYS :France
PAGE(S) :64-69
SURFACE :560 %
PERIODICITE :Hebdomadaire

DIFFUSION :239822
JOURNALISTE :Nicolas Descottes

► 2 septembre 2021 - N°1473

avec une entreprise social qui fédère les agriculteurs de la partie nord », précise Antoine Bancel, cofondateur de la marque. Donc aussi bon pour la peau que dans l'assiette !

J'achète quoi : *Huile de Beauté,* Oryza Lab, 57 €, oryzalab.com ; *Pommade Corps Muesli,* Baija, 19,90 €, baijashop.com ; *Démaquillant Moussant,* Chantecaille, 69 € au Bon Marché Rive Gauche ; *Lotion Tonique Purifiante,* Pai, 33 €, paiskincare.fr ; *Ma crème de nuit,* Laboratoires Giphar, 13,50 €*** ; *Baume Beauté Eclair,* Clarins, 39 €* ; *Wrap Exfolys au Riz,* Qiriness, 28,90 €, qiriness.com ; *Gommage au riz,* Nivea, 7,50€*** ; *Gommage Visage,* Huygens, 22 €, huygens.fr ; *Gommage Douceur,* Santéales, 33,60 € senteales.fr.

UNE EAU BIENFAISANTE

En Asie du Sud-Est et à Madagascar, l'utilisation de l'eau de riz pour le soin des cheveux fait partie des recettes de beauté que l'on se transmet de génération en génération. L'eau de riz possède en effet la capacité de resserrer les cuticules des cheveux : une action lustrante qui les rend du coup hyperbrillants. Et ce n'est pas tout ! Ses protéines fortifient et gainent, donnant tonus et volume aux chevelures un peu flapies ou aux cheveux cassants. Sans oublier une bonne dose d'hydratation et d'apport en anti-oxydants. Enfin, l'amidon contenu dans l'eau de riz permet de dompter les frisottis et redonner une bonne élasticité aux longueurs.

Comment je fais ? On peut bien sûr garder l'eau de cuisson du riz pour rincer son shampoing (avant de rincer à nouveau à l'eau claire). On peut également la laisser poser tel un masque une vingtaine de minutes (avant de rincer). Mais attention, laissez-la reposer deux jours à température ambiante, elle sera encore plus riche en antioxydants ! Et les plus pressées peuvent tout simplement acheter un produit enrichi en riz.

En bonus Sachez qu'une grande majorité de shampoing sec contient de la poudre d'amidon de riz qui permet d'absorber le sébum présent sur la fibre capillaire, créant ainsi une sorte de gaine naturelle, avec à la clé une sensation de fraîcheur, de netteté et un maximum de volume instantané. Le tout sans laisser le cheveu humide ou collant. On adhère.

J'achète quoi : *Masque Soin Cheveux,* Gallinée, 30 €, gallinée.fr ; *Shampoing Volumateur,* Korres, 13,90 €** ; *Shampoing Traitant Phyto Phanere,* Phyto, 11,50 €** ; *Shampoing au Riz et Aloe Vera,* Bodia, 15 €, bodia.com ; *Shampooing Sec Fruité & Audacieux,* Batiste, 4,90€*** ; *Shampooing Sec Monoi,* Energie Fruit, 4,99 €*** ; *Shampoing Sec,* Patrice Mulato, 21,46 € patricemulato-shop.fr ; *Shampooing Sec,* Cut By Fred, 25 €, ohmycream.com.

UNE POUDRE SUPERSTAR

La poudre de riz fait partie des actifs phares du make-up. Utilisée par les geishas pour se blanchir le teint, en Europe, elle devient populaire au XVIIe siècle. A l'époque, femmes et hommes utilisaient de la farine pour se blanchir la peau et les cheveux. Mais la famine 1740 va entraîner l'interdiction de son usage dans les cosmétiques. Résultat : les élégant.es se tournent alors vers la poudre de riz qui, après la Révolution française, sera principalement utilisée pour blanchir les perruques. Riche en vitamine B, fer, magnésium, amidon, elle n'en restera pas là ! En 1879, la marque Bourjois lance sa poudre de riz de Java, qui connaît un franc succès. En 1881, Théophile LeClerc met au point dans sa pharmacie une formule inédite de poudre de riz, naturelle, hypoallergénique qui allait devenir la mythique *Poudre T. LeClerc* encore très prisée des beautistas.

J'achète quoi : *Poudre Libre Dermophile,* T. Leclerc, 42 €** ; *Instant Look of Love in a Palette,* Charlotte Tilbury, 69 €, charlottetilbury.com ; Poudre de riz de Java, Bourjois, 12,45 €*** ; *Poudre de riz,* WAAM, 6 €, waam-cosmetics.com.

UN DOUDOU OLFACTIF

Pour nous, c'est une odeur particulière qui émane de la cuisine. Pourtant, en parfumerie, le riz a longtemps été boudé. « Mais l'accord riz revient avec l'engouement du thé au riz grillé, explique Alexandra Carlin, parfumeur Symrise. Et à l'avenir ça ne m'étonnerait pas que le riz soit de plus en plus présent. »

Pour ce nez qui travaille beaucoup sur cet accord, le riz est un peu la nouvelle vanille. Pour reconstituer cette note, on va chercher à retranscrire l'odeur du riz qui cuit, plutôt le riz thaï ou basmati, une odeur rassurante que l'on reconstitue avec des notes céréales, comme l'absolu son ou orge et la pyzarine. Autre avantage : c'est une note unisexe qui s'associe avec des notes florales comme le lys, mais aussi avec des notes boisées ou de café. On ne doit rien s'interdire, tout dépend des dosages. Et pourquoi ne pas l'associer à la vanille pour un subtil effet riz au lait gourmand, addictif, et carrément régressif.

J'achète quoi : *Eau de parfum Le Chant de Camargue,* L'Artisan Parfumeur, 145 €, artisanparfumeur.fr ; *Santal-Basmati,* Affinessence, 148€, affinessence.com ; *Eau de Parfum Fils de Dieu, du Riz et des Agrumes,* Etat Libre d'Orange, 76,50 €, etatlibredorange.com. *Eau de parfum A Quiet Morning,* Miller Bertaux, 95€, noseparis.com ; *Eau de Parfum Olim,* Cire Trudon, 180 €, noseparis.com. Et pour la maison : *Bouquet Parfumé Iris Poudre de Riz,* 12,90 €, Le Blanc France, leblanc-france.fr.

UNE BOMBE DE NUTRIMENTS

Un peu d'eau de riz dans le biberon quand les bébés avaient une digestion trop « rapide » ou quelques jours de régime riz après une indigestion… on connaît tous ces recettes de grand-mère. Source de nutrition incomparable, le riz est l'aliment de base de nombreux pays dont les ressources alimentaires sont rares. Sa composition en vitamine B1 B3 B5, minéraux, et sa richesse en fibres en font un cocktail de bienfaits pour l'organisme. « C'est une véritable source d'énergie car il nous apporte des glucides complexes qui libèrent progressivement l'énergie nécessaire à notre corps », explique Mégane Heudiard, diététicienne nutritionniste (@dieteticienne_gourmande). Avec un fort pouvoir de satiété et une composition très pauvre en lipides, c'est aussi un bon allié minceur ! Si vous hésitez entre le riz blanc et le riz complet, sachez que le blanc a un indice glycémique élevé et perd grand nombre de nutriment lors du raffinage. Le complet, quant à lui, possède une couleur brune car il a gardé son enveloppe, le péricarpe. Une fois et demi plus riche en fibres, avec 7 fois plus de magnésium il est recommandé pour faciliter le transit. Mais attention, préférez le bio car son enveloppe peut conserver les pesticides de la culture. ◆

* EN PARFUMERIES ET GRANDS MAGASINS. ** EN PHARMACIES ET PARAPHARMACIES. *** EN GRANDE DISTRIBUTION.

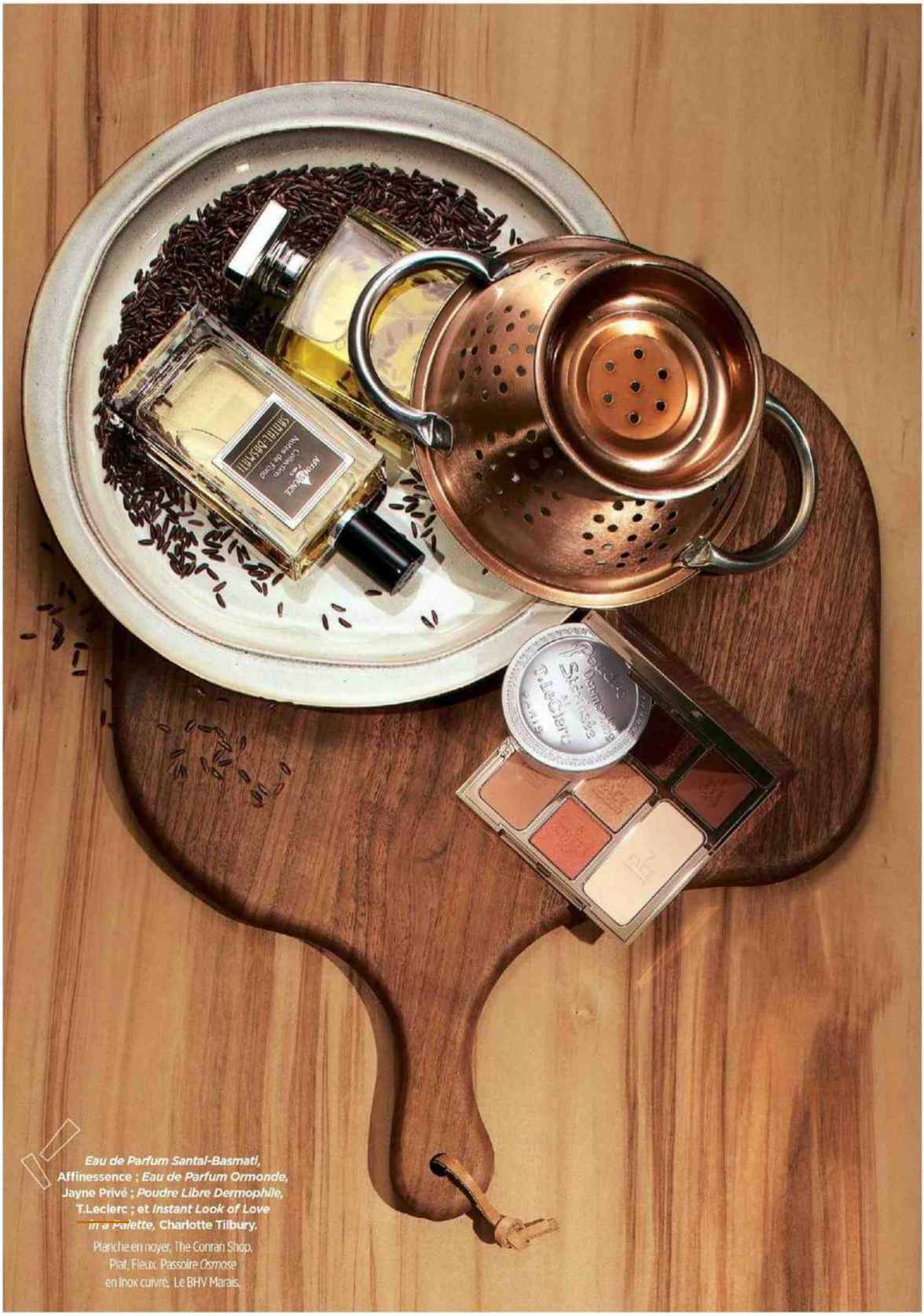
Tous droits de reproduction réservés

Gala

PAYS :France
PAGE(S) :64-69
SURFACE :560 %
PERIODICITE :Hebdomadaire

DIFFUSION :239822
JOURNALISTE :Nicolas Descottes

► 2 septembre 2021 - N°1473



Eau de Parfum Santal-Basmati, Affinessence ; *Eau de Parfum Ormonde,* Jayne Privé ; *Poudre Libre Dermophile,* T.Leclerc ; et *Instant Look of Love in a Palette,* Charlotte Tilbury.

Planche en noyer, The Conran Shop. Plat, Fleux. Passoire *Osmose* en Inox cuivré, Le BHV Marais.

Tous droits de reproduction réservés