

Kakao yağı Boyu 13-20 metreye kadar uzayan tropik bir bitkidir. Anavtanı batı Afrika dir. Kakao tohumlari yüksek oranda kafein içermektedir.

Kakao geleneksel olarak Aztekler tarafından su ve baharatla karıştırılarak, özellikle dinsel ayinlerde kullanılırdı. İspanyol istilasından sonra Avrupa'ya getirilen kakao, süt ile karıştırılarak kullanılmaya başlandı ve kısa sürede yaygınlaştı.

Kakao yağı nedir ?

Kakao, kahve gibi içecek olarak kullanılmasının yanında özellikle çikolata ve pasta yapımında katkı maddesi olarak kullanılır. Ayrıca kakao bitkisinden kakao yağı elde edilir. Kakao yağı cilt bakımında ve kozmetik sanayinde kullanılır.



Kakao yağı yenir mi ?

Kakao yağı olarak adlandırılan theobrama yağı, soluk sari rengi ve **saf ve yenilebilir** olan kakao çekirdeğinin kavrulmasının ardından, fermente edilmesi ile elde edilir. Uzun bir raf ömrüne sahip olan, gıda ve kozmetik sektöründe sık kullanılan bir yağ çeşididir.

Kakao yağı kullanımı

Kakao yağı bilinen en kararlı yağlardan olup doğal bileşiminde bulunan antioksidanlar sayesinde bozulmayı engeller. Uzun süre depolanabilir. **Katı kakao yağı** kadifemsi dokusu, hoş ve yumuşatıcı özelliği ile tercih edilen bir yağdır. Kakao yağı oda sıcaklığında katı bir yağdır ve 34 dereceden sonra erimeye başlar.

Kakao yağı eritme için biraz sıcak su yeterlidir. Su ile karıştırarak kolayca eritebilirsiniz.

Kakao yağı faydaları

Kakao yağı içeriğindeki zengin oleik, stearik, palmitik, linoleik asitler, vitamin E ve antioksidanlar sayesinde cildin nemlenmesini sağlar. cildi besler ve cildin nemini kaybetmesini engeller. Vücutta çatlak oluşumunu engeller.

Hamilelikte vücut ve memelere sürülmesi halinde **kakao yağı çatlak** oluşumunu engeller. Doğum sonrası yıpranan cildin ve özellikle güneş sonrası nemini kaybeden ve kuruyan cildin tedavisinde etkilidir.

İçinde bulunan E vitamini sayesinde cildi besler ve cildin nemini kaybetmesini engeller

İçeriğinde bulunan kafein, alkaloidler ve flavonoidler sayesinde sinir sistemini uyarıcı etkisi bulunmaktadır.

Hazmı kolaylaştırır ve antidepresan etkisine sahiptir.

Bağımlılık yapmayan etkisinden dolayı diyarede kullanımı tavsiye edilir.

Fiziksel ve mental sağlık üzerinde olumlu etkileri bulunmaktadır.

Kakao yağı bronzlaşmadan önce kullanırsa cildin bronzlaşmasını hızlandırır, güneşten zarar görmesini kurumasını önler fakat siz yine de uzun süreler ve güneşin dik olduğu saatlerde güneş altında kalmayın

Kakao yağı nerelerde kullanılır ?

Cilt bakımı;

Cildinizi nemlendirir. Sadece deriyi nemlendirmenin ötesinde derinin alt katmanlarından üste doğru bir iyileşme de sağlar. Kakao doğal bir antioksidan kaynağıdır.

Yanık, Egzema gibi sebeplerden kaşıntı ile tahriş olmuş cilde, iltihaba, enfeksiyonlara iyi gelir.

Kakao yağı kremi kırışıklıkları engeller kırışıklık oluşmasını önler.

Kuru ciltleri nemlendirir.

Saç bakımı;

Saçlarınızın hızlı uzamasını sağlar.

Kırıkları engeller onarır,

Saç derinizi tahrişlerde kurtarır ve korur.

Kuruyan saçların yağ dengesini sağlar.

Saçlarınızı nemlendirir.

Ağız içi yaraları;

Ağız içindeki aft ve uçuk ve dudak çatlakları gibi sorunlarda kullanabilirsiniz.

Kakao yağı nasıl kullanılır ?

Tarifini vereceğimiz şekilde cilt ve saçlarda kullanılabilir.



Kakao yağı maskesi Tarifi

Gerekli malzemeler;

- 1 yemek kaşığı kadar kakao yağı
- 1 tatlı kaşığı kadar bal
- 1 çay kaşığı kadar süt ve bir miktar yulaf unu.

Hazırlanışı;

Malzemelerimizi bir kaptaki birleştirip bulamaç kıvamına gelene kadar yulaf unu ekleyerek karıştırılalım.

Kullanımı;

Bulamaç haline gelen maskemizi yüzünüze sürerek 15-20 dakika kadar yüzünüzde bekletin ve ılık suyla yıkayarak temizleyin
Cildinizi nemlendirecek, kırılganlıkları önleyecek ve tahriş olan bölgeleri onaracaktır.

Kakao yağı saç üzerinde uygulanması

Uygulamayı duştan önce yapmalısınız.

Bir kap içerisinde orjinal kakao yağını eriterek (sıcak su olan kabın içerisine başka bir kab içerisinde koyarak eritebilirsiniz.) sıvı hale getirilir, yağ soğuduktan sonra saçlarınızı ıslatarak, yağ, saç diplerinizden uçlarına doğru parmak uçlarınızla masaj yaparak uygulayın saç derisine iyice yedirine kadar devam edin.

Yağ katılaşmaya başlayacağından saçınızda 20 dakikadan fazla kalmamasına dikkat edin. 20 dakika geçtikten sonra, saçınızı ılık su ile yıkayarak temizleyin.