

## **Soigner, cuisiner et faire des savons et crèmes avec le lait maternel**

### **Soigner avec le lait maternel**

- [https://www.lllfrance.org/download/28\\_21d11d3436731580604836e4c4015979](https://www.lllfrance.org/download/28_21d11d3436731580604836e4c4015979)
- <https://www.consoglobe.com/lait-maternel-bienfaits-cg>
- <https://www.comment-economiser.fr/25-utilisations-du-lait-maternel-meconnues.html>

### **Cuisiner avec lait maternel**

- <https://grandiraument.com/cuisiner-le-lait-maternel/>
- <https://www.mamanpurlavie.com/allaitement/actualites/16111-tendanceo-cuisiner-avec-le-lait-maternel.shtml>
- <https://www.cubeseetpetitspois.fr/divers/lait-maternel-banane-biscuit/>
- <https://www.lebrassecoeur.fr/pancakes-au-lait-maternel/>
- <https://okaasanleblog.wordpress.com/2012/10/24/mes-recettes-de-desserts-au-lait-maternel/>
- <https://www.lebrassecoeur.fr/flan-au-lait-maternel/>

### **Savons et crèmes à base de lait maternel**

- <https://www.deuxfamillesenbanlieue.com/2018/02/05/utiliser-le-lait-maternel-autrement/>
- <https://www.lebrassecoeur.fr/savon-au-lait-maternel/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=HKNdAfiHVLm>

Il existe un groupe Facebook sur le sujet, vous y trouverez plein d'autres recettes!

[RECETTES AVEC LE LAIT MATERNEL](#)