



Huile de feuilles de Laurier



Originnaire d'Asie mineure et adapté au climat méditerranéen, le laurier noble est une plante avec de nombreuses propriétés utiles.

La feuille de laurier est l'une des herbes aromatiques les plus utilisées en cuisine dans le monde.

Un massage avec de l'huile de laurier ou en boire quelques gouttes dans un verre d'eau est bénéfique pour :

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- améliorer la mémoire,- apaiser les coups de soleil,- l'apnée du sommeil,- l'arthrite,- les attaques de panique,- l'eczéma,- l'épuisement physique et mental,- la calvitie,- les crampes,- la cystite,- les douleurs inflammatoires,- éviter les ronflements,- la faiblesse musculaire,- les gaz intestinaux,- la grippe,- les infections de la peau, | <ul style="list-style-type: none">- les infections de l'oreille,- les maux de tête,- la mauvaise circulation du sang,- mieux respirer,- les migraines,- les névroses,- pour effectuer un drainage lymphatique,- le psoriasis,- la rétention d'eau,- les symptômes prémenstruels,- soigner les entorses,- stimuler l'appétit,- traiter la peau grasse,- traiter les pellicules,- les vomissements. |
|---|---|

Vous pouvez aussi l'utiliser en versant quelques gouttes d'huile de laurier dans un verre d'eau.

Ou, si vous préférez, laisser infuser 3 feuilles de laurier séchées dans une tasse d'eau chaude.

Les feuilles peuvent être employées en cataplasmes sur les articulations douloureuses.

PREPARATION

Mettre 30 grammes de feuilles de laurier séchées dans un bocal en verre.

Les compresser ou les émietter.

Les recouvrir avec de l'huile d'amande douce (ou de l'huile d'Olive) jusqu'à ce que le niveau arrive à environ deux centimètres des feuilles.

Fermer le bocal et le secouer pour bien mélanger le tout.

Mettre le bocal dans un endroit sombre, sec et frais. **Conserver à l'abri de la lumière, de l'air et de la chaleur.**

Secouer le bocal 3 fois par jour et le remettre à sa place.

Au bout de 40 jours, votre huile est prête.

Les feuilles de laurier placées à l'intérieur d'une armoire, aide à éloigner les mites.