

Huile essentielle de Sarriette des montagnes

Nom botanique : Satureia montana

Nom INCI : Satureia montana oil

Qualité : 100% pure et naturelle

Culture : Culture biologique certifiée par Ecocert



Mode d'extraction : Distillation par entraînement à la vapeur d'eau des sommités fleuries

Propriétés organoleptiques :

- Aspect : liquide
- Couleur : jaune
- Odeur : herbacée, puissante



En savoir plus...

La culture de la sarriette remonte à l'Antiquité, en Italie, où elle était très appréciée pour son parfum poivré. Elle s'est répandue ensuite dans le reste de l'Europe par l'intermédiaire des monastères bénédictins. Employée comme aphrodisiaque, elle fut bannie des jardins des couvents au Moyen Age.

Modes d'utilisation :

Application cutanée (AC)

Cuisine (C)

Important

Dosage huiles essentielles : 30  = 1ml

Principales propriétés :

▪ Anti-infectieuse

▪ Stimulante

Indications :

▪ Infections intestinales, urinaires, pulmonaires et cutanées **AC**

▪ Fatigue physique et intellectuelle **AC**

Recettes Express :

▪ Remède contre les cystites (application sur le bas du ventre)
10 gouttes d'HE de sarriette des montagnes + 10 gouttes d'HE de tea tree + 20 gouttes d'HE de bois de rose + 20 gouttes de palmarosa1 + 98 ml d'HV d'olive.

▪ Remède contre la baisse de forme (application sur le thorax)
10 gouttes d'HE de sarriette des montagnes + 20 gouttes d'HE de tea tree + 30 gouttes d'HE de ravintsara. + 98ml d'HV de noisette.

La sarriette des montagnes côté petits maux...

▪ Traitement des piqûres d'insectes
mycoses cutanées, verrues.

La sarriette des montagnes côté cuisine...

▪ Idéal pour parfumer les vinaigres, les légumes secs, les salades, les potages, les soupes, les grillades, les viandes et les ragôts.

Le saviez-vous ?

▪ La sarriette des jardins et la sarriette des montagnes ont des propriétés similaires mais c'est celle des montagnes qui est préférentiellement utilisée en thérapeutique.

Conservation :

Au sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière.

Précautions d'emploi :

Peut être irritante pour les peaux sensibles (dermocaustique). Utiliser sur une courte période. Ne pas



Type de recette : hygiène



Préparation



Coût



Difficulté

Savon liquide pour les mains sarriette et citron vert

Ingrédients :

- 97ml de base lavante neutre bio
- 30 gouttes d'huile essentielle de sarriette bio
- 30 gouttes d'huile essentielle de citron vert bio
- 7 gouttes de vitamine E naturelle
- 20 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse bio

Matériel nécessaire :

- Un bol
- Un mini fouet ou une petite cuillère
- Une éprouvette graduée ou un bol doseur

Flaconnage recommandé :

- Flacon de 100ml

Mode opératoire :

- 1- Dans votre bol mettre la base lavante et le macérât et mélanger à l'aide du mini fouet.
- 2- Ajouter les gouttes d'huiles essentielles, la vitamine E et l'extrait de pépins de pamplemousse et remuer à nouveau.
- 3- Transvaser dans le flacon.

Conseil d'utilisation :

Prendre une noisette de savon liquide avant de passer les mains sous l'eau.

Conservation :

2 mois maximum dans des conditions optimales de conservation (à l'abri de la chaleur).

PETITS
MAUX

POUR LUTTER CONTRE LES VERRUES :

- Mélanger dans un bol 9 ml d'HV d'amande douce avec la synergie d'huiles essentielles suivante : 3 gouttes de cannelle feuille + 2 gouttes de citron + 2 gouttes de sarriette.
- Incorporer le mélange dans un roll-on de 10 ml.
- Appliquer sur les verrues à l'aide du roll-on, matin et soir pendant plusieurs jours jusqu'à disparition.