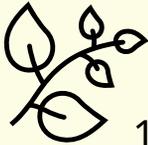


LES INFUSIONS



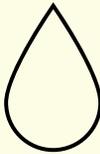
INGRÉDIENTS

25g
plantes sèches



100g
plantes fraîches

POUR



1L d'eau

FABRICATION

- 👉 Mettre les plantes dans l'eau froide
- 👉 Chauffer jusqu'à 80°C ou 95°C selon les plantes en couvrant
- 👉 Couper le feu dès la température atteinte
- 👉 Laisser refroidir couvert
- 👉 Filtrer

Infusions à 80°C	Infusions à 90°C
Achillée mille-feuille Ortie Prêle des champs Valériane (fleurs) Sureau noir (feuilles avant fleurs) Reine des prés (fleurs)	Origan Mélisse Lavande Santoline Sauge officinale (feuille) Menthe

UTILISATION ET CONSERVATION

- 👉 Utiliser dilué à 10%
- 👉 Utiliser rapidement (conservation 2-3 jours au frigo)

